

# غير من عقلك تتغير حياتك

برنامج جديد للتغلب  
على القلق والاكتئاب والهواجس  
والغضب والاندفاع

دانيال ج. آمين

مكتبة جويبر  
JARIR BOOKSTORE  
— since 1972 —



# غير من عقلك تتغير حياتك

---

برنامج جديد للتغلب على القلق والاكتئاب  
والهواجس والغضب والاندفاع

---

دانيال ج. أمين



مكتبة جرير  
JARIR BOOKSTORE  
...Not Just a Bookstore...  
...ليس مجرد مكتبة...

٩٦٦-٩ ٤٦٦٦-١١	تليفون	العراق - البغداد (المنطقة الغربية - المنطقة)
+٩٦٦ ٦ ٤٩٥٦٦٦	فاكس	ج. ب. ٣٩٦٦
		الرياض ١١٦٦٦٦
+٩٦٦ ١ ٤٦٦٦-١١	تليفون	العراق - البغداد (المنطقة الغربية - المنطقة)
+٩٦٦ ١ ٤٧٧٦٦٦	تليفون	شارع الخدي
+٩٦٦ ١ ٢٦٤٥٥-٢	تليفون	شارع الأديب
+٩٦٦ ١ ٢٧٨٨٤٩٩	تليفون	طريق الملك عبدالله
+٩٦٦ ٣ ٢٧٥٤٧٩٠	تليفون	طريق الملك عبدالله (من قصر)
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
		للصحة - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٦ ٢٨١٠-٢٦	تليفون	شارع فيصل بن عبد
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٢ ٨٩٤٢٣١١	تليفون	شارع الكورنيش
+٩٦٦ ٤ ٨٩٤٦٤٩١	تليفون	شارع الملك
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٣ ٨٠٥٠٤٤١	تليفون	شارع الأول
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٣ ٥٢٦٦٤٠٠	تليفون	شارع طريق المطار
		جدة - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٢ ٦١٢٧٦٦٦	تليفون	شارع حجازي
+٩٦٦ ٢ ٦١٢٧٦٦٦	تليفون	شارع فيصل
+٩٦٦ ٢ ٦١٢٧٦٦٦	تليفون	شارع التحفة
+٩٦٦ ٢ ٢٢٨٣٠٤٤	تليفون	شارع الأمير سلطان
+٩٦٦ ٢ ٢٨٧٦٧١٢	تليفون	شارع عبدالله بن عبدالعزيز (جامعة الملك)
		منطقة المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٢ ٥٦٠٦٦٦٦	تليفون	شارع فيصل
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٢ ٤٤٤-٢٦٦	تليفون	شارع فيصل
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٢ ٦٢٢٢٢٢٢	تليفون	شارع فيصل
		الرياض - المنطقة الغربية (منحرف ٢/٣)
+٩٦٦ ٢ ٦٦٦-٦٦٦	تليفون	شارع فيصل

موقعنا على الإنترنت: [www.jarirbookstore.com](http://www.jarirbookstore.com)

للمزيد من المعلومات الرجاء مراسلتنا على:

[jbpublications@jarirbookstore.com](mailto:jbpublications@jarirbookstore.com)

إعادة طبع الطبعة الثانية ٢٠٠٦

حقوق الترجمة العربية والنشر والتوزيع محفوظة لمكتبة جرير

Copyright © 1998 by Daniel G. Amen, M.D. All rights reserved.  
Design by Robert C. Olsson.

ملاحظة: لا يمكن لأي كتاب بعد هذا الكتاب - أن يعمل مع الخدمات التي يقدمها مستخدمو الرعاية الصحية الموقلون من قبل مستخدم هذا الكتاب لمساندته في الاتصال بكافة أعلى مع شبكة بحيث تحصل على أفضل رعاية ممكنة.

ARABIC language edition published by JARIR BOOKSTORE. Copyright © 2006.  
All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system without permission.

# Change Your Brain, Change Your Life

---

The Breakthrough Program for Conquering  
Anxiety, Depression, Obsessiveness,  
Anger, and Impulsiveness

**DANIEL G. AMEN, M.D.**



## جدول المحتويات

	شكر وتقدير
	مقدمة الطبعة
	المقدمة
١٧	١- لمن لديهم أعين- دعوها تبصر صوراً من داخل الملح.
٢٨	٢- السطور وجنية الأسفلان: مقدمة للمخ والسلوك
٤٢	٣- نظرة في الحب والاكتئاب- الجهاز الطرفي العميق.
٦٢	٤- تمييز أنماط التفكير الإيجابي وتقلوية الروابط: وصفات الجهاز الطرفي العميق.
٩٥	٥- نظرة في التلق والتلق- العقد القاعدية.
١١٢	٦- القلب على الخوف وصفات العقد القاعدية.
١٢٨	٧- نظرة في تشف الانتباه والانذفاعية- قشرة مقدمة النسل الجبهي.
١٥٥	٨- التركيز- علاج قشرة مقدمة النص الجبهي.
١٧٥	٩- نظرة في التلق والهاشية- الجهاز الطوقي.
٢٠٠	١٠- التحرر من الواجه وصفات الجهاز الطوقي.
٢١٨	١١- نظرة في الذائرة والمزاج- الفصوص الصدغية.
٢٣٨	١٢- تمييز الخيرات وصفات النص الصدغي.
٢٥٨	١٣- الجانب المظلم- العنف: مزيج من المشاكل
٢٦٣	١٤- ثلوث المخ، تأثير المخدرات والكحول على المخ.
٢٨٧	١٥- العلاقات القويوة، المخدرات والعنف والمخ.
٣٠١	١٦- أحبك وأكرهك، السفي، لا، لا تفعل، أيا كانت الظروف، أنماط المخ.
٣٣٢	١٧- طلب النجدة متى وكيف تطلب الرعاية الطبية
٣٥٢	١٨- من هو أندرو حقاً؟ أسئلة من جوهر الإنسانية.
٣٥٦	١٩- أوامر وتواهي المخ، موجز عن كيفية تحسين أداء المخ وكسر عاداته السيئة.





## شكر وتقدير

حقيقة لقد شارك في إخراج هذا الكتاب كثيرون ، أخص منهم بالذكر والشكر وكيل أصدائي فيث هاملين الذي ساهم بحكمته وإخلاصه في دعم وإثراء الكتاب. ولكم شعرت بأنني محظوظ لأن تقوم بينسي رايوويرت بالبحررة بمؤسسة (Times Books) بتحرير كتابي. فقد لمعت مغزاه وساعداني على تقديم وعرض الأفكار بأسلوب واضح وسهل. كما أتقدم بخالص الشكر لجميع العاملين بمؤسسة (Times Books) الذين عملوا بكل تفان وإخلاص لإنجاز هذا المشروع.

ولم يكن هذا الكتاب ليدري النور لولا جهود العاملين بمستشفى (Amen). الذين أعترفهم جميعاً جزءاً من أسرتي. وأشعر بالامتنان لهم لما أظهروه من حب وثقان ومعرفة وحكمة. وأوجه شكراً خاصاً لكل من: شيلي بيرنهارد مديرة المستشفى، والتي كانت توجّهنا دوماً للسار الصحيح، ولوسيفنا ثيلي مساعدتي الخاصة والتي أعدت كل المسير الواودة بالكتاب، وبرب جوملر الذي دائماً ما يبدي استعداده للمساعدة والمساهمة. كما أتقدم بالشكر والتقدير لمطاقم الأطباء وساعديهم. وأخص منهم بالذكر: ستانلي يانتيس، جينييفر ليندل، جون فان سكوت هالفرشتادت، رونيت ليونارد، لويس فان أوسديل، سيسيل أوكس، ماثيو ستيفليد، إد سينسر، برهان جولدمان، جين ماسينجيل، لويده كينج، كوراديفيدسون وجميعهم يتسمون بالفكر المتطور والنظرة التقدمية. كما أود أن أعرب عن عميق تقديري وعرفاني لأصدقائي وزملائي إيرل هينلين، شيليا كريستال، ليندا وليون فوير، لقراءتهم مادة هذا الكتاب، وساعداني بتصحيحهم وتعليقهم المفيدة.

وأخيراً أود أن أعبر عن خالص امتناني وحيي لأسرتي التي عانت هي والأخرى من تجربة البحث عن مادة هذا الكتاب على مدار الأعوام العشرة الماضية. وعلى الرغم من أن أفراد أسرتي كانوا كثيراً ما يشعرين بالسأم والضجر مما يسمعون من حديث متكرر عن المخ وأشعة (SPECT). إلا أنهم لم يتخلوا قط عن دعمي ومساندتي بعمق لي حتى استطعت الصمود للنهاية وإخراج هذا العمل الذي قد يحدث اختلافاً في حياة الآخرين.

## مقدمة الطبعة

منذ أن طبع كتاب (غير مملكت تتغير حياتك) للمرة الأولى في يناير عام ١٩٩٩ وهناك إقبال كبير على عيادتي (عبادة أمين للطب السلوكي) من قبل أناس من الولايات المتحدة الأمريكية وكندا، وكذلك أوروبا. وقد رأينا أشخاصاً بالغين ومراهقين وأطفالاً في الثالثة من عمرهم يعانون من الاكتئاب والقلق والعنصرية، واضطراب قصور الانتباه، والاضطراب ثنائي القطب، واضطراب الهاجس الحيزي، واضطراب ضغط ما بعد الإصابات. وباستخدام تكنولوجيا التصوير الجديدة استطاع هؤلاء المرضى وأسرهم أن يروا المشاكل الموجودة في الخ والمسلولة عما يعانون منه من أعراض سلوكية وعاطفية، وبعد أن كانوا ينظرون إلى أنفسهم على أنهم ضحايا الشخصية، أو أنهم يعانون من مرض عقلي، أصبح بمقدورهم أن يفهموا بوضوح السبب الأصلي فيما يعانون منه، وبالتالي يحصلون على المساعدة المناسبة من خلال معالجة أكثر فاعلية وتركيزاً.

وقد غمرت السعادة جميع من في العيادة عندما وجدوا أن الكتاب كان له مثل هذا الأثر الإيجابي على حياة الناس. وهناك ثلاث تجارب حدثت في العيادة أوضحت كيف أن هذا الكتاب قد ساعد كثيراً من الناس، وأن بمقدوره أن يساعدك أنت أيضاً.

ففي أوائل فبراير ١٩٩٩ كنت أجلس أمام شاشة الكمبيوتر الخاص بتصوير الخ، حيث كنت أقوم بفحص صور الخ، فإذا بي أجد الدكتور (جورج لويس) أحد الأطباء النفسيين في عيادتي يدخل عني ومعه مريض جاء جواً لمقابلتي من الغرب الأوسط، وكان هذا المريض في أواخر الخمسينيات وقدم نفسه لي والدموع في عينيه، ففي ١٢ يناير كان قد قرر الانتحار، حيث كان يشعر بالاكتئاب شديد، وعدم القدرة على مصادقة أي شخص، وغضب شديد، ولم يكن لديه أي أمل في أن تتحسن الأمور، وذلك على الرغم من أنه ذهب لطبيب نفسي وتلقى علاجاً، وبينما كان يوقد على سيره يفكر في أفضل طرق الانتحار إذ بصديقه مدير برنامج Today وتصادف أن كنت في البرنامج أتحدث عن كتابي، وشاهدني وأنا أشرح صوراً لخ أحد الأشخاص الذي شططت حالته على أنه اكتئاب مصحوب بغضب، وسمعتني وأنا أقول بأن هناك بارقة أمل لمن يعانون

من هذه المشاكل وان العديد من مشكل انفسه هي في الحقيقة مشاكل تتعلق بالبحر وان برغمنا من ذلك اسلوب تصوير الجديد ان يرى العديد من هذه المشاكل وان يجد هذه العلاجات اكثر فسيحة وتركيز اقل كبر من هذا المريض لا ان يخرج واشعري كسب وتطيق انوثم. يتكشف بعد ذلك ان هذه في ذلك مشكله في انفس حسني الأيسر مع ان في شعوره بنقص) ومشكلة في جهاز لطرق ساحلي اعميق (مع نسب في شعوره بالإحباط) ومشكلة في شعوره انفسه الامم (مع نسب في مشكل في اسطر. على شعوره وتركيزه.

ولم في ارجح ان ياتي بفعل في عياني وأمر كجزء من عياني لقيمه. في الخطة لدراسة SPECT ووجدنا ان تشخيصه بدنه كمن سليمان في قدر كانت حركة للنس المدفني لأيسر ضعيفة جداً مع زيادة كبيرة في شدته بغير عرق ونشاط ضعيف بقشرة مقربة اجيدة ونشاط رائد في حيزه الطرق لعميق. وماب في عموم بعض هذا للمعصر مع مرضى الذين يظهر لديهم آثار من الاكتئاب، والعصب. وسبوت لا تتجدي. أو الذين يعانون من مشكل في تركيز انتباههم ووصف في الدكتور بوير) مجموعة من العلاجات وكذا يديهم بدقة من خلال تقويم. ومع قمر بوى ثلاثة أسابيع تحسنت خلال ذلك ارجح بشكل كبير. فلم يعد يفكر بعد ذلك في الانتحار، وأصبح مزاجه أكثر عدلاً وصار معه أكثر حدة وتركيزاً وقال للدكتور بوير مع انفسه حبه

وفي أوس من ان تقبل رسالة من حدي صيد كدب قد انتشرت كدب خلال فصيل للإحازة في أمريكا. وكانت هذه السيدة تعاني طواب حياثه من نزوت عصب وكذب موزي ومشكل في لاسه والتركيز وبعد فرموا كدبها لفرموا جان بصطوف كنها تعني من مشكلة في بعض حسني الأيسر ومشكله في جهاز طرق ومشكله في مقربة اجيدة. وكذا أشعر. قد يصحوف بالعلاج سمي وهو في فعله هذه السيدة وانفس عليه اموالا طامه ولكن دون جدوى. وجاءت هذه السيدة في لعماده واستب بالدكتور (بريان جونسون) والذي أمرها بفحص SPECT تقويم أ. ل. ح وقد



تكرمهم على هذا طلب معي أن أشرك في كتابة بعض المصنفات بتصوير  
 وشيخي الشيخ في كتاب Comprehensive Textbook of  
 Psychiatry وهي إحدى أشهر مصنفات اسعفة طب عصبي في العالم  
 وفي سنة ١٩٩٩ ذهب معي في جمعية الطب السوري إلى القاهرة بحضور  
 مؤتمرها. وقد شعرت هناك بتكريم سدا قديمي بكوني رئيس سوري مؤرخ  
 جمعية طب لوري في إحدى الاجتماعات وقال لي أحد الزوار في مجال  
 تصوير معي: «أنا لست سكر أجنبي خلال الأعوام الماضية  
 وما لا أشد فيه أن أكثر ما يبعثنا في عملنا هو أن نرى الناس أكثر  
 مهنية وحياء ومقدرة من خلال معرفتهم بوظائف مظهرهم وبغير انكسارهم من  
 تمجيد له بعض سيد أو سيرة لا يفت إلا أنه ضحيما كثيرا من أجل هذا  
 السور يمدح لأنهم بالمثل شديد جدا هذا الاعتراف والتقدير المتزايد لأحوالهم  
 وبما أن نلاحظ هذه التغيرات معمر عرب بالآخرين



## عبر عقلك، تتغير حياتك

### المقدمة

مع كل إطار عي نروج فهو الإطار الذي لجوهرت الأساسي كذلك  
بشري روح تكون شخصي الذي تريد أن تكونه إلا بد عين صحت بشكل  
الأسفل فأسلوب هي مع يحدد مدى سعادتك وفاعليته، كما يحدد طبيعته  
علاقته بالآخرين فأساس الخي تصدت (أريد مصر) في رواجته ومهاراته في  
مديته مع أبنائه وفي عفته ومعتداته سعيه بالإنصاف في هيرت السعادة  
والع وعندها يكون مرة قد أو محيطاً أو يشعر بؤس أو سريع  
الغضب أو للتشبث فرب قد يعتقد أن هذه مشاكل كنه مشاكل في ربه، أو  
عبارة جري مشاكل نفسه بوجه غير أن لا تبحث في قلب بها في أطرو  
خير أن هذه المشاكل فله ترقط مسيويوجو مع والأخبار معيدة التي  
رهب لك هي أنه قد صدر مديت رجل على أنه بالإمكان تغيير هذه المسويويوجو

للمقدور أن تعالج العديد من مشاكلنا

وحتر هرة فريه جرم يمكن لدى علماء سوى اقترحت عبد بقلق  
بمور مع في مشاكل شخصية وفي مهارت صنع الحور فلم يكن مديت لهم مضي  
وبتش منصفه لمصر في وصف الخ وبذلك كنه مصر من فرصت خاطئة فهد  
يتمق يتأثرو مع على حيات ومع ظهور دة من استقعه في تصوير الخ أصبح  
بمديت الأثر بحبيب على لاسية التي تتعلق بدور الخ في سنوت ويسرعه  
فأيه، وفي هذه الأسطة أهد تقويقات عقلية في حياتك بتدأ من تأليفها على  
علاقات في حور وأبعد وحتى فهم الشخص الذي يجمر الأسال كنه  
فريد

وهد شروكت على مدى حشر سنين مضية في لأبحاث أمريكية بمصير  
مع وقد بدأت موسقي للبحر من خلال مديت كنية معده سنين في موسم  
بوجات الخ وحلال أسلوب الثماني ماضية ستحدث دراسة مع تربط  
بمضب اسويوي وتسمى SPECT وهي مصدر بحسب رسم مسجي لانبعاث  
فوتون واحد بمستخدم بضميرتر Single Photon Emission

**Computed Tomography** وهذه اختصاره بقوة يعطي تطلق لدم في  
 الخ وسمات الطبقات الأخرى. وقد شعرت خلال السنوات تعتبر بمصية بالمرح  
 والأحيط في نفس الوقت فالمرح لأنه من خلال هذه الاختراعات أصبح لدينا الآن  
 وسائل بصورة يمكن من خلالها أن نرى أعضاء الخ في طريقة مسؤولة مثل  
 قبل الإحيط، وتلقو والتشبه والعمق والتوسوس ووجود دليل على هي  
 جواهر ينظر إليها في العصب على أنها سيكولوجية صرفة حدث ثورة في أسلوب  
 مدرسه عاب نسي قد أصبح مقبولا لأن أن نرى للورم وأورنه شطبه  
 هي يمتد من في الخ من جعله أكثر قابلية وسهولة للفلاج وقد أصبح  
 جيد لأن بموجبه كثير يمكن من جهة فروع حلاحة كثير فعلة بحالات  
 اعمد كما أن استخدام تقنيات من التلقو بها بحثنا، بقوة بقومية  
 اعمد بتلك الأداة، فرصت لمرح، من ويشر التفكير عسي على الخ ومن  
 هذه الدخية كانت هذه السمات اختراعات مسؤولة حقيقة بالحسب، إنما  
 في الإحيط قسبه من بشر هذه الأفكار وتجديده كذا يسر حصى بقمية  
 من كس موقعه ههنا مسؤولة طوعية في الأوساط عصبية بهذه أي تغيير جذري  
 في التفكير لمجرد أن يكشف عام عن معلومات جديدة، هل هذه معلومات  
 لابد أن نخضع لعصبه مرجعة من قبل الأقران، وقد تسعق حة سموت، وأسي  
 شعر بمعدده لأن بحاث تصوير الخ أسي وضعت أساسا لها وأخري، قد بدأت  
 بحظي بالصور من قبل الأوساط الطبية والعصبية ولما كانت المعلومات التي  
 حصلت إليها هذه الأبحاث تساعد للكثيرين في أمريكا شاملة عالميا لأن  
 سمات تمت أيضا

### صديق ما تری

م ذكر في لأصل مرحك في مجال تصوير الخ ههنا من سمات من مودة  
 اصبت و جانبية اورد روبرت في توم، أوتلافوت قسبت فترة المحصص في  
 عاب عسي في مركز Walter Reed Army الطبي بوشطن خاصة  
 وكان لدى عتقد وسع بأن هناك اتصالا وثيقا بين الصحة لروحية والصحة  
 بعصبية ومن أجل هذا ههنا ركب من معارض هذا غير عسي م أن عرف الكثير من  
 قد تعرض عسي ههنا الاعتقاد وحدث به ركب من خصصت على الرمية في طب



النسبي بالأمم والأمميين من هؤلاء هو في أحداث نصبت في معرض  
 بحثه بلصحت في أحداث حوته قد يسبب له بشك في سبب معه حول حياته  
 وفي عام ١٩٩٠ كتب عن تصوير مبدئي الصحة حقبة على بعد جوية  
 في العلاقات. ولعل، وإحدى) وقد أُرشد أن أهم مجموعات كبيرة من الناس  
 كيف يتكونون أكثر دعية في يوم آخر وقد ضرب على أساس أمثالي كرمين  
 في جمعية معروفة نسبي (مجموعة لتوفير لطف النسبي) وثلاثية جذرة بحث  
 من جمعية الطب النسبي لأمريكية

وفي عام ١٩٩٠ لعب كتابة برنامج بعنوان (فتح جديد) كيف تكون فعالاً  
 في كل يوم من أيام حياتك. وكان هذا برنامج يعنى بتحديد السلوكيات التي  
 يمر بها الناس من مخرج وكيفية تقبيل على هذه العقبات وقد ساعد برنامج  
 آلاف من أفراد أصبح قد قادهم هذا من بحثهم لتبريد. فبذلك كنت أعبر  
 مع مجموعات من مرضى في هذه البلاد بالإشارة إلى مرضى عديسي -  
 استخدام مبدئي هذا البرنامج لاختلف في كثير منهم شعروا بتغير في حياة  
 الأشخاص منهم وفي حالاتهم وحسبهم غير أنه كان هناك آخرون لم يستجيبوا  
 علاج. مثل هذه الحالات كانت تمثل مصدر إحتياج دائم في وأما سألت  
 عسي عن أفراد من هذه الحالات وحالات التي ستجيب علاج في هناك  
 أشخاص منهم استعداد لتغير في فيهم في بعض الأيام علاج لأنهم لم  
 حيولوجية سأصنع لديهم في البرنامج بعد فقط لأنهم من الأشخاص  
 من غيرهم. وطالب بحث عن الإجابة. وهذا وهذا تغير مصدر الذي كتب  
 في حديثه نسبي

وفي عام ١٩٩١ عملت بإحدى مستشفيات طب النسبي في نيويورك  
 كاليفورنيا (١٠) بدلاً شمال شرق سان فرانسيسكو وكانت مديراً لوحدة معالجة  
 تشخيص النسبي. وفيما فيهم بالأشخاص الذين يعانون من أمراض ومشاكل  
 نسبية. وقد بدأنا في نسبي كيف أرى نسيباً أخرى من مرضى ذات يوم  
 في نهاية الأمر. في ذلكور هذا إلى حد كبير، المتخصصين في  
 طب الموزن النسبي سبعة إلى خمسة مائة من تصوير "مستط" -  
 ومراعاة "سبوك" هي دراسات في لعب النووي تعني تلوس مستويات دقيق



وكذلك لتوضيح عمر عادية فهي حالة مكتوب وعدم عرض جميع كان بشدة الفج  
بشكل عام جيداً. وحيدة قشرة بقعاً برأس م حينما حسب سبباً حر بعض  
سبباً لخصية وهو لتوضيح على تركيز هذا شهر بينهم بعضهم محفوظ في  
استعداد العلم للجسم وخاصة في قشرة بقعاً برأس. وبعد عن هذا. لعلهم.  
قرب هذا. سالي حركه مختلف من Ritalin methylphenidate وهو  
من علاج يستخدم في علاج نقص الانتباه و اضطراب

وقد أثبتت سالي استجابة رائعة للعلاج، حيث تحسنت حالتها المزاجية  
وقد حسنتها بالقليل. وأصبح يفتقروها أن تركيز يفتقروا أطول. وبعد ذلك  
انتهت مرة أخرى بالمراسلة. وحسنت على شهر نجاحي. ولم بعد يفتقروا في  
نفسه على بها دون سبباً. ولكنها أصبحت لتفتقروا سبباً على أنها تفتقروا  
من سبباً طبيه ولتحتاج إلى علاج. وقد كان الرغبة سالي صور سبباً تركيز في  
علاج. حيث قال. "ليس خصتي أن أكون مصابة بصورة الآتية. ولدي لا  
يعدو عن كونه مجرد مشكله طبيه مثلها مثل من يحتاج إلى نظارة" وبحسبي  
مع سالي حشيتي عبق و درست SPECT يفتقروا تكونت رت سبباً قوي  
تفتقروا لخصية بالعلم يفتقروا به عن يفتقروا من مشاكل عصبية. أو  
تعليمية. وسبباً من علاج هذا اسررت أن ذلك سبباً أن مشكلته ليست  
كلها في رتبه. وقد كان لخصتي على حركه بها واستجابتها لعلاج أن شيو من  
تفتقروا سبباً

وتفكرنا بعينه سالي واستجابتها لأجديية علاج أثبتت بهر، أثبتت من  
درست SPECT تفتقروا سبباً من لخصتي لدى لا يستجيبون لعلاج. وقد بدأ  
تفتقروا منهم. لخصتي سبباً. عرفت من خلال تلك الدراسات الجدة سبباً  
مشكلته في الخ وركزت علاجى على هذا الجدة. وبعد هذه السلسلة من الأحداث  
عام ١٩٩٠ بدأت أيا ورماني في إجراء أبحاث. كيميائية باستخدام درست  
SPECT عن مجموعة كبيرة من المرضى. وقد أكد أبحاث على أن هذه النتائج  
توضر بها تفتقروا. فقد جاء بعمليات جديية في أبحاث. وبعد جديية  
وخاصة في أبحاث سبباً والبرامج. وأمرجه استجابت سبباً



من ن رعيه ؟ صغير كانت متوفرة قبل ذلك، وحدث تغير كبير في متغيري،  
 مما دفع لي دفا جديدة ساعدني على النظر إلى مرضي لم أكن أوجه اهتماماً  
 من قبل.

وعلى مدى سنوات انغمسي بديلة فصت بجزء من سريري عن حصص  
 (أف) دفا من حج ودروس بني مستندتها من هذه الدراسات علمني أنه -  
 لم يودي حج ودراسة كف يدمر قسطنطين من انصعب ر الحج في ن رعيه من  
 حينئذ، سوء في علاقته. إلى في صلب و في مرستك و في شمويت ب ذلك،  
 و حسي : مذكرات تجده ت رعيه حديث فاحطوة لأور ملتحج هي ن  
 تهمه ببطون الحج وبعين على تعبيره لأقصى رجا سكتة ومن خلال تعبير  
 الوظائف ب به حج مستطوع أيف ن غير من فرد موضعي على الحاج في كل  
 مواعي حياهم فعيت : ب به ن تعبر معدي حج وصورته لكرهية وبعد  
 ذلك روى بمرح وبحث تصوير حج طرقت نتائج جديدة أحداث ثورة في  
 أسلوب شعبي وبعدي مرضي وحده النتائج هي ألسا ندي يقود عبه هـ  
 كتاب

و ر عتبر وحدا من مجموعته قليلة من الأطباء النفسيين في العام لمؤلفي  
 لتصوير انروي الحج وبعده هذه ليه وأنا أقسم كثيراً لإحدى كليات  
 معانات شخصية وعصية في شدة شيفورنيا على بعد ٤٠ ميلاً شمال شرقي  
 من فرانسيسكو وروز عيادة ه يقرب من ٨٠٠ مريض شهر لتلقيهم والعلاج  
 وموضعي عيادة يأتون من جميع أنحاء عدم وبعده مرونون بلسا حيرة في  
 عجائب قصور لا يثبت وصعوبة فهم وصايت الرأس، ونعنف واستمراريات  
 انوسوس تفهيري وهي الزعم من أ ل شخصي بدر بصر لأحد نفسيين، لا  
 اسي أعتقد هـ شخصين يبينون خلال الأهم لفهمه ب له من وفرد  
 كثيرة لا يجر ن يكون محصور في عيادات هيلة

### هدف الكتاب

يهدف هذا الكتاب إلى شرح كيفية عمل الحج. وماذا يحدث عند وجود  
 مشكلة في وظائفه وكيفية تفعيل هذه الوظائف وسوف نتعرف من خلال

كذلك على خمسة من أجهزة الخ هي ترتبط بشكل وثيق بسلوكك وتجعل منك  
شأنك حريدي

مستعروف أن الجهاز نظري لعنق الذي يقع في مركز المخ هو مركز التحكم  
في الحركة المرجية والارتباط بالأجزاء. والارتباط بالأجزاء هو أساسي من طبيعة  
بشرية. ومع هذا عندما لا يحصل هذا الجزء من مخ كذا ينبغي أن هذا يؤدي  
في نسبة مطالب الحركة والارتباط. مستعروف من خلال الكتب كيف أن روائع  
مهمة بالإصاحبة إلى وضوح التفكير من شأنها لتسهيل تحركه في هذا الجزء من  
مخ كذا مستعروف لأسباب أسي تجعل من قصد لوف مع الأشخاص  
الاجتماعيين من الضروري لكي يؤدي لجهاز نظري وظيفته بالتشكيل الأمثل

ما المقصد في هذه العبارة عن تكوينات صحيحة في عمق المخ تتحكم في  
ساعة الجسم البشري. وعندما يحصل هذا الجزء بشكل يتألف منه من هذا يؤدي  
في شعور بالتعلق والتعلق. ومستعروف من شعور بالتعلق والتعلق. وقد وثق  
مستعروف من الكتابات عن عقيدة قديمة مما جعلني معروفاً بعمق وانتقار  
وعرف شخصاً أن التعلق شعور سيق. وذلك سأقدم لك في الكتاب أفكار كثيرة  
عن كيفية تهيئة هذا الجزء من مخ. أما عندما يقل نشاط هذا الجزء، فإن هذا  
يؤدي في جانب غير مركزي يؤدي إلى مشاكل في التحكم بحركتي دقيق

ما عن قشر. مقدمة أرس هي تقع في مقدمة المخ. وهذه مقدمة لشعور  
ومساعد على التركيز والتخطيط والتحكم في رد فعلك. كما يساعد على اتخاذ  
قرارات بسيطة و لحاضنة. وعندما يكون نشاط هذا الجزء من المستوى المنخفض  
هذا يؤدي في مشاكل أرى في دأته ويراقب لآلية وأثر مشاكل في التركيز  
المنظم والذاكرة. وعندما تتعلم كيف تنشيط هذا الجزء بشكل يحاكي من هذا  
يؤدي في رقابة داخلية أفضل

الجهاز الحوفي هو من هذا الجزء من مخ الذي يجري بشكل طوعي غير  
بحر. الأوسط من القصور الأمامية وهو دأته بدلاً من سرعة. دأته  
يمكنك من الاعتدال من التفكير لآخر ومن سبب لآخر. وعندما يريد نشاط هذا  
الجزء بشكل معتدل من هذا يؤدي إلى ثبات البره على مجموعة معينة من الأفكار  
والسلوكيات وعدم الانتقال منها إلى غيرها. وعندما تعلم كيف يؤدي هذا الجزء

وصفته فإن هذا من ضلالت أو بساطة على تقدير مع حق التفكير وبعد  
قراءة كتاب سينس غيب تتعامل مع قبي والنشوء في رأي والتكوين التراث  
على سلوكيات دور عيونه سواء مع بساط أو شريك

وحيث انصوص صفة والتي تقع حسب الصديق وحسب عيونه  
وهي تدخل في دائرة وتهدى بكتاب وأصغر غير توجوه واستحكم في لعنة  
بوجهه وحسب يكون هناك مسائل في هذا الجزء، وحسب في عصر الصديقي  
لايس يكون له شخص السعد لتقريب حسب وتفسير لشرح في لعنة  
حياة بالإضافة إلى حدوث مشاكل تتعلق بالعلم والأكيدة. وبعد بساط  
معين هذا الجزء من مع على أن تتعلم بسلام وحالي سورة الأولى في حوث

ومن هم ، يعرف أن كل جزء من هذه الأجزاء لا يوجد وحده بل به  
جميعه نفس بحسب بعض بعض دليل وحسب يؤثر في جزء قريب في العصب  
يؤثر في بقية الأجزاء وحسب به يخلو آخرون ربما يتمين أجزاء مع بشكل  
مختلف عن المعتاد، بحيث يصعب انجهر لتقريب والنصوص الصفة لعنة  
عصر الجزء الثاني غير ، ما عتقه هو لنظم بني استخدمه في عيونه  
وأي أمي نمره مع مرصاي

وتصحيح العيب على تصحيح وعيوبها هي فترة صفة ارس،  
وحيث خطوي، والجزء الثاني عيونه وهدى النسبة، والنصوص الصفة  
وعني في تعاب الصلحات التي تستخدمها خلال بكتاب وفهمك بوضوح  
هـ الأخيرة سيميت بقر. جديدة تماما عن الأسباب التي تجعلك تتصرف على  
هذا النحو، وما يمكنك فعله حيال ذلك

بمن أن قوم بوصف كل جهاز من هذه الأجهزة سأقدم وصفات سلوكية  
وطبية وهذا به بوجهه سمير وظائف كل جزء وهذه البصاف ستار بها  
عنده وبصفة وقاعة، وهي حصص تجريبي مع ما يريد من " مع ردة  
الفرغى على مدى أشهر سنوات الأخيرة، بالإضافة إلى خبرات وابحاث  
وبلائي

وقد يتساءل البعض عما إذا كان يمكن التراجع إلى شخص مشغول مع  
وبعالمها. وحديثي هي أن هذا أمر مؤكد وأن أنتقد المعرفة شخص أكبر

فمن بعض من معلومات عن كيفية تربية وحفظه سبعة عشر ونعم  
مشاركاتي التي سبقتها في هذا الكتاب مثل المصنفين، والمؤلفين،  
والذين يهتمون بها مع بعض من، غير أن معظم هذه الحالات لا يندرج  
في هذه من الأطباء المتفرقين بل يندرج في واحدة فقط من فهم ومعرفة  
البحر والعمل على زيادة فهمهم ولأنه من يتحكم في سلوكه من تغيير وفهمه  
يمكن أن يساعد كل شخص تقريبا على أن يكون أكثر وعية في حياته

ويكون واضح لك من هذا الكتاب أنه لا يمكن ذلك بل يكون ذلك من  
الذين يهتمون في الحياة اليومية بشكرهم، سواء في أسرهم أو معارفهم وفي  
ملاقاتهم من الآخرين أن يبحث لك عن مساعدة أسبوعية من معارفهم كغيره أما  
أما نوتت هذه الشاكي فتعتمد على علاج قبل هذا قد يغير حياته ويغير في طر  
وجوده في حياة على ٢٥ نوع من أنواع علاج أسبوعي في مريض من المصروف  
عن مساعدة أسبوعية ربما يكون من معارفهم ويحيط بسوق قديم له في هذا  
كتاب كيفية المصروف في مساعدة أسبوعية حبيبنا هذا

قد كان بحث في البحر وفهمه هو أكثر بعد المساعدة لي فهي ١٩٩٣  
منها من في الأحداث في الاجتماعات الطبية عن اكتشافات التي يوصف  
التي في عودتها واحداً مثلاً حبيبنا من قبل بعض رفاقنا الذين كانوا ربما لا  
يسمعون أن سبيلهم على أن يلاحظ سلوكهم في هذا الحرف وقد صيغ هذا الحرف  
وكيف لم يثنني عن عملي هذا كنت أراه في البحر كان حقيقياً وأدى إلى تغيير  
حياتي الكثير من مرضي غير أنني به حبيبنا لحياتي أرى سبب فيه ذلك  
الاجتماعات وفكرت أن أكتب بعض شيء موهباً أن يعرف الآخرين بعض  
البحر وبعد ذلك جاء إن عملي تدرج في شمسهم

وأنه طفل خدع جداً، وأنه بن حبي فليس عم ويصف من صوته  
لعمده كثر ينتج بالمشاهدة وسعدده، غير أن شخصيته يغير ويغير عليه  
الاحباب، يظهر منه بواب معدومة وبدأ يشكو لأنه بأنه يعجز في الانتعاش  
ويعمل وحوشه، شاذ جداً فيسببه إلى طفل غيره تسع سنوات. وكان يرسم  
صنعه معلق في شجرة وهو يروي لأطفال بالبار ولكن عندما فاجم طرفة  
صغيرة في علمه فيسبب بواب سبب يذكر تصبب في أنه في وقت متأخر من



يسير وهي مبكي وطبيب عنها ان تاتيني بانعمرو في اليوم التالي وجاءت به  
 به مرسلة في رحلة استغرقت ثلثي ساعات عن ممرهم في جنوب كيبورنيا  
 بعد حشد مع واحدة أخرى ثم مع أخرى معه ريكس ، هناك خط  
 ما قد كان قد ركب سيرة وهو حزين و غصص ولم يكن هناك  
 يسير بها لطوب رة يمكن نعه أتي نوع من إساءة معاملته ولم يكن لري  
 لآخر ربح من لأمرض لنفسه خطورة وقد يكره تعرض في الفترة الأخيرة  
 لأصاب في رة ، خلاص حالات لأخرى فقد كتب عمم انه يعيش في سرة  
 بعد حيث ر ودية كان يخبره ويعيشان به ، كان بهد وأدركه فقال من  
 فيما مشكاه ١٧

بمطام الأطباء ، لمسيون في مثل هذه الحالة كانوا سيمضون لاسرو توبة  
 معينة يرسون به عديج نفسي ويكتفي بها ككف في أحييت في يزيد عن ألف  
 دراسة من دراسات SPECT ، ولذلك كانت تدي وغبة في أن أرى صورة لح  
 أنسرو ، وبك لأتني كنت أريد أن أعرف مع من أشعل ولكن في ظل اسعد تني  
 واجهته حينها والذي في يزال حيا في ذهني ، سأب نفسي ما رة كانت مشكاه  
 سرو مشكلة معينة بشأن ذلك فربما كانت هناك مشاكل أخرى لم يكن  
 عرفه وربما كان ملوك سرو مزججه أن أحدهم لأكثر طفل كان ساجم في  
 رة به ويرسي لعاهة وربما كانت أكثر سرو وسوقهه نوص من نهروب من  
 مشاعر عدم الأمان كرسيت يكونه بعض الأشياء لأمر ، بهديه زودت كان تني  
 سيد يوصف كهمه ، وبك كان رة يوصف في الشعور عفو رة هذه  
 سوكيت كانت تربطه بمشاكل في تتحكم ووجهه سيعر عني فكري معين  
 تبيير في خطيعي أن بفكر سمر سيرة سبع سنوات في نفس ولا تتحجر ، وذلك  
 حيث أن هذه التفسيرات كانت تظهر أنه طبيعي صوف بحث عن  
 لشاكر عطفية انسيبة بهذه المسائل

ونحن في رة و مرش تصوير وأنسكت بيده أثناء جرة الدراسة  
 ونحن نمره هو نكرم بعد كل الفرض يضع رة حرة صغيرة في رة  
 وبعد بدوت به حدة صدر شعاعي اسطاد من خلال الإنارة بيده كان يلعب  
 سيرة في مرفق على كمبيوتر شخصي وبعدة بعيل م مرفق الإنارة ودخل

أندرو مركز التصوير في عرفة المعجزة ويستلقي بظهره على طاولة التصوير واستقرت كاميرا التصوير ٥٠ بوصة وهي تدور ببطء حول رأسه ومن خلال الصور التي صوّدت من شاشة الكمبيوتر بدأت تُعبر انه ربما يكون هناك خطأ ما في جهاز التصوير وذلك لأن أندرو لم يكن لديه انحنى السجني الأيسر ولكن بعد مراجعة سريعة بدراسة شها 'ركب أن حوده لتصوير كانت مسارا وأن انحنى الأيسر مفقود منه. وتصادت هن خذيه كليس، أو ورم، أم أنه عسي قيس ذلك من حمض في دمج؟ وبدأت أحذف وأما أشهد الثالثة، قد شعرت بالراحة، لأنني وجدت تسلياً ممول أندرو بعدوسى فقد أثبتت بعضتي وبحيث لاخبر ان انحنى الصدغي الأيسر يرتبط بعدوية وفي اليوم الذي جرى مشرو سراسه تشريحية بـ MRI وصحت وجود خسر بحجم كرة بحويف يحل مكان انحنى الصدغي الأيسر وكنت علم به لآلا من اسبب هذا الكيس ولكن كان من الصعب للغاية أن تجد شخصاً يأخذ هذا الأمر بجدية

انحنى الصدغي الأيسر مفقود لدى أندرو



صغر سححي ثلاثي الأبعاد بحبيب لاسر

سورة ضيعة

انحنى الصدغي الأيسر المنقور

لدى أندرو

وبحسب في نشر اليوم بحبيب الألفاد معالج لأندرو وحلته على نتائج امة بعد نتائج دراسة بـج وطبيب منه ان يجد بي أفضل شخص يمكنه فهم مهمة بعلمه وكثير مذكور بثلاثة من اصدا، عصب لا تطول فقد جميعهم. ان اسلوب لعسي لاسر، قد لا يكون به أي صه بالعكس الموجود في حج

وبما أنني لا أتصالح مع جرحي، في عصبه له دور أن تظهر فيه الأعراض الحقيقية  
وعند نفسي طبيب الأعصاب بهذا العمود استحدثت عصب من يولة "أعز من  
حقيقية" قبل طين يعني من أفكار الانحياز والقتل، فقد تحكمت في سلوكه  
وعاجم الآخرين، فما كان معي إلا أن اتصفت بطبيب أطفال متخصص في  
الأعصاب في سان فرانسيسكو وكررت كسابقه بعد ذلك انصاف بصديقه  
في ولاية عصب (بـ إيدو هارد) متخصصة أيضا في عصاب لأطفال ومعني ذلك  
في يوم نفسي استوفى من شروب كلمة "أعز من حقيقية" واستحدث عصب راب  
أولاً لم. "عصب عزم من حقيقة أكثر من هذه" وأجابني فأنه "عصب الو-  
أعز من حقيقة هذا أعني عرف مثل النوبات الرضعية أو مشاكل في الكلام،  
وعصب بهذا الكلام، ولقد كنت كيف لا يربط عصب بين السلوك والمخ" (عصبي م  
أكر ويطور حتى ينس هذا طعن نفسه أو يقتل شخص آخر وانصاف بجراح  
أعصاب أعصاب (جورج لازاريف) في CIA وأطبعه على هذه أندرو وأخبرني  
بأنه جرى ثلاث عمليات على أعصاب حاسم كأندرو من ناحية ارتباطه فأن  
أعز لصديقي لأعز بالسوء استوائي وثلاث هذا الدكتور مشكروا بمرحله  
العملية بعد فحص حالته

استحدث في سرور من الجراحة الجسم لأنه لمعه لأول مرة عدم وذهب  
الأفكار عصبية ويعزب جانباً به فيه يعود كما كان وهو في من اسابعة  
هذا عصب بعد ذكر "و محفوظة لأنه وجد من يهتم بيحه هذه تغير سلوكه  
وبعد هذه التجربة الشخصية قرب من عزم برست SPECT على كم أكبر من  
الأشخاص بعض عشر عما سألقيه من بعد هذا كان هناك الكثير من الأطفال  
ولم هيزر وإباليين مثل سرور منهم مشاكل في مخ ويعتبرهم المجتمع شخصاً  
سبيل

ولأن وبعد مرور سنوات قليلة تغير الموقف تماماً فقد قدمت المعلومات  
م. في هذا الكتاب لألاف المتخصصين في الصحة النفسية والعقلية في جميع  
أشحاء أمريكا لشمالها في كليات الطب، وفي الاجتماعات الطبية القومية. وفي  
بعد الصحة القومية المعروفة وقد نشرت معظم هذا البحث في صوب من  
كتاب طبية ومقالات لصحف وفي عام ١٩٩٦ دعيت لآلة أحدث محاضرة

في الحب الجمعيه حب عدل فهو لا شك أنه موزن حسب مظهره و يحتاج  
بحسب ريشه كثير من هؤلاء بأمر يزور من هذا بحيث يمكن ان يعرف من  
قهره بسوء الناس ويعرفه لا يحب حبه في مره وعلاج لأشخاص الذين  
يكون من مشاكل في حب يمكن معرفه وسلاجها

وسوف نتعلم من هذا الكتاب أن بسوء عشري أكثر تعبد من معتقد.  
فحين نبحث جد حيث نمرز استمررت مسبقه الفهم شخصيه عينة. في  
وقت دى يمكن أن يكون سبب في تصرفه يوم بختهرة طلاقاً وان  
سبب شك في مسئوله حب. وعلى سبب من طبعه طبل مرطو يعر  
من ميوه حب وغمه في الاستدراك وكل ذلك سبب وجود مشكل في حب  
القصدي وقد نتجيب بالادويه بصاده بالويات وهذا لطف لم يكن سيئاً على  
الاطلاق قد قال في بعد ذلك "دائماً ما كانت دى رغبة في أن تكون مؤدبه"  
ونكر محلي لم يسمح في ذلك" وذلك كثير من الاطفال الشهير يحصلون الآن  
في مؤسسه لأحداث كانوا سيحسبون ان شخص صالحاً و فيه حصو  
سم علاج مناسب وأحياناً لا يكون شخص جاد. أو مزاجاً أو مسأاً أو  
مميزاً و عموماً لوجود حد في حبه ويعبر علاج بحسب ليصبح شديداً  
مدني

وسبب يحصل له على علاج ونكر لا يحج هذا علاج من سبب  
حد في الشخص و لا في طريقه لعلاج لشي يسببنا نرجع لحيه من لآخر  
منه سوء الأثر من يعمل امره ينسار "ما في" ألا بكل السجود كافي  
حب جيد بالمر الذي؟ أم "أخو" يكون سعيد وبهاء جيداً من هن "أ  
فانس في المحسوب على لمعدده انسي" بعد وحدث من خبرتي أن معظم من  
يحبه يحب في "أ يكون الصبي" وعندما يمدون. فإن هذا في العالم يعود إلى  
من صدقهم كعبر و بعدم التفكير في ذلك أو غياب ان حب يديه وحب  
شخصين لا يكون ذلك الاحكام الصحيحه بحسب ما بعد من هؤلاء  
الشخاص

وحتى وقت قريب لم يكن لدى لعدة وسائل حديثه من سة حب فصور  
من و مشكل عاماً من خلال تصوير برون مدهيسي. و تصوير سطحي

محمدي باستخدام الكمبيوتر موجود منذ السبعينيات من القرن العشرين وحتى هذه الدراسات، ربما تشرح فيه وهي الرقم من أنها من المنكر أن تفسر شكل منح من الناحية مادية. إلا أنها لا توفر أي معلومات عن كيفية عمل المنح ولتساعد رسومات موجبات الدماغ في بعض الحالات من خلال قياس أنشطة الدماغ. بالرغم من منح أنها توفر معلومات قيمة عن وظائف المكونات الخمسة المنح وغير لحساب الآخر نجد أن دراسات SPECT توضح بشكل كبير ما يجري في جزء عديدة من المنح حيث يحسب تنشيطها وبمقارنة هذه الدراسات متصصة أن ثلاثي غير اليلاد أن تربط بين أنشطته أو نقصه لأجزاء المختلفة للمنح السلوكيات مثل: سرعته وحركته في المنح المتقدم. المنح تساعد على دراسة وظائف منحنى مما تصوير رئيس المعدل في الوظيفي وتصوير اسطحي لتعدت لويرتور. ومن مزاياه وجوده وقد اختبرت SPECT كوسيلة علاج لأن، يصيب سهولة استخدامها وسهولتها وبمظهره

ومن المهم، ملاحظ أن تظهر مشاكل في صور SPECT جس مبرر منسوب نسبي. فعلى هذه الدراسة، يجب معرفة عن السلوكيات المحددة، حيث لا يمكن لأقدم كمر تحليلات، حيث كثير من لديهم مشاكل في المنح ومنع سل لا يعطون شكل منحنى ولا هذا للأخريين. ولأن من تصوير هذه الصور ودراسات في إطار المواقف الإشعاعية يمكن حله

بإزراء في هذا المنح غير فقط عليه من جميع أنحاء، ويعطون التي توجد به. ففي كتاب تنس في مضمنا على خبرة وبحت كيميائي ضمن قد قام رسم تصوير منح بمادة أمين نطاب تصويري بجزء دراسات SPECT لأسباب نفسية أكثر من عيادة أخرى في عام ماضية هي حد أفضل العليلين في مجال الطب والأمر الثاني هو أني تصوير بدعمر عن قرب مع طبيب الطب النووي (جاءك بالذي) الذي يتدرج مريضه على نطاب النفسي الأمر الثالث أن لدينا إحدى أفضل الكمبيوتر التي تستخدم في تصوير SPECT مما يعطونا معلومات أكثر وأفضل من الكاميرات القديمة وليس الهدف من نشره، شحج انتارن على أن يقوم بتصوير منحه حسب بحجمه

في دراسات SPECT لكي يتسنى لـ الاستعداد من هذا الكتاب ونحو طبعته  
 مركز حتى لا يضيع بحيرة كثيرة في دراسات SPECT بل في تدقيق الدراسة لن  
 تكثر الكثير بالنسبة لطبيب معالج لك وهذا من هذا الكتاب هو أن تقدم  
 مسجراً من وضع من السوكند استشرى أهمية والبناء من خلال شرح صور  
 مع يوفرها دراسات SPECT وهذه الصور توضح في هذا العديد من  
 لشدة التي كمنها من فترة طويلة نفسه تماماً كالقوى وصعوبات الجمع  
 وفهم الأساليب ولكن في حقيقة مشاكل طبية يمكن معالجتها باستخدام  
 برامج طبي جيد و حسب مع تقدم جراحية ونفسه وأن لا يتمكن من  
 خلال هذا. المعلومات الجديدة عن كيفية عمل مع من رخص هذه جميع  
 مشهور وسلوكياتك. بالإضافة مشاعر وسلوكيات الآخرين. كما أمل أن مستخدم  
 يوصد اوراق في هذا الكتاب لتفصيل أبحاث مع يسهل على أن تكون  
 أكثر فعالية في حيات اليومية

من لديهم عين - دعونا ننظر صوراً من داخل النجم  
 SPECT - هذه الكلمة هي اختصار بجبري للكلمات الآتية  
 Single Photon Computerized Tomography وهو عبارة عن  
 دراسة معينة ومعدة من دراسات الطب النووي تدرس بشكل مباشر تدفق الدم  
 داخل المخ، وتدرس بشكل غير مباشر تشاهد مخ (أو لأبيض) في هذه الدراسة  
 يتم إضافة نظير إشعاعي، المشابه (واحد) يعادل كما سترى بعد ذلك عشرة آلاف  
 يكون من المادة (أو الضوء) إلى مادة يمكن تحليلها المخ متصصها

ويتم حقن المريض بمسار بسيط من هذا المركب في الوريد، حيث يجري  
 بعد ذلك في حقن الدم، ويتم متصصه من قبل موزع مستقبل معينة في المخ  
 وتقوم هذه الآلة في تدوير عن هذا الدراسة يدرس (إشعاعي) إنتاج عن  
 تصوير مخ من خلال دراسة CAT أو مخطط الإشعاعي علاج عن تصوير  
 شعاع X بعد حقن مسائي المريض على طاولة مدة ١٥ دقيقة بينما يقوم شعيراً  
 SPECT بما يسمى بـ مخطط حوض رأسه وتحتوي الكاميرا على بورت خاصة  
 لكشف الأماكن التي وصل إليها المركب (ويعرف ذلك من خلال تغير إشعاعي  
 بعد كما لو كان إشارة عينية)، وبعد ذلك يقوم جهاز كمبيوتر فائق التطور  
 بتركيب صور مستويات تشاهد مخ وهذه المستويات الرائعة التي يقدمها لك  
 الكمبيوتر تعطينا خريطة معدة للمخ، وتوضح تدفق الدم فيه أو لأبيض ومن  
 خلال هذه الحركات يستطيع الطبيب تحديد أنماط معينة يشاهد مخ مريضه  
 بأجزاء معينة وبفسيه

وتسمى دراسة SPECT نوع من النصب يسمى بطب النووي فكلمة  
 "نوي" تشير أو بـ دراسة إشعاعية النشيط أو غير نشطة وهذا النصب النووي  
 يستخدم مركبات إشعاعية النشط (الصيغة الإشعاعية) ولدت غير المشعة  
 صدر شعاع جاما وهي بلاستيكي ولكن شعاع من شعاع جاما يمكن بمثابة شعاع  
 من الضوء ويستطيع بعد كشف شعاع جاما من خلال فيلم أو بطور خاصه،  
 كما يمكنهم ان يسجلوا تراكم عدد لإشارات التي تلاشت في كل جزء من أجزاء

مع هذه الميزات غير المسبقة هي في الأساس وسائل تعقب فهي تتعقب  
أحياناً الأكثر بساطة، وحتى يوجد بها قس معدل مدق يدوم دراسات  
SPECT تعمل في حقيقة حتى بوصف اجزاء الخ التي يشبه حينها مركز و  
صحة ومعني الزبني، وتعتبر في غير من في وظائف

وتقوم بربط الطب النووي بغير الوصف الفسيولوجية الجسم، كما  
يمكن استخدامها في تشخيص العديد من الحالات الطبية كمرض القلب،  
بعض أشكال العنق، وانتشار السرطان، ومرض العصب والغدة الدرقية أو  
من جهة أخرى في الطب النووي وهو مع تستخدم هذه الدراسات لتشخيص  
عيوب الكلى، والاضطرابات المزاجية العديدة أو بقي لا يتسبب  
علاج، وتسببت بمخاطبة، وبنيت مرض وتغير في وظائف الخ،  
والتيك المعدني، أو التي لا يتسبب للعلاج

وسيتلقى دراسات SPECT في أواخر التسعينيات وثمانينيات في  
أدت العديد من دراسات شريحة معقدة يسمى CAT وبعد ذلك دراسات  
MRI وهذه الدراسات كانت تعنى SPECT في ذلك في رسم لأجزاء  
والتيك والجلطات الدم والأشياء، الدراسات تعني استخدام دراسات  
SPECT كدواء ولكن بالرغم من وصول هذه الدراسات إلا أنها لم تكن تقدم إلا  
صور سطح وهو يمكن تصور شريحة واحدة، ولم تكن تقدم إلا للكل من  
المعلومات عن تشريح وهو يمكن وكان الأمر يشبه نظراً إلى أجزاء محرك  
سيرة دورى يكون هذا على شريحة واحدة وعند الأخير أصبح هناك  
عند ما يريد من العديد من الدراسات النفسية والعصبية حيث اضطرابات  
تأخر عن تشريح الخ، وقد اضطرابات تعنى بوظائف الخ

وهناك نظراً في التصوير، هذا قد في شدة غير عادة استخدام دراسات  
SPECT مرة أخرى

في البداية كانت كميرات SPECT ذات من واحد، وبالتالي كانت  
أحد وأن الطريقة بعد في صورة من واحد وقد كان مرضى  
بعض صعوبة في أن يكون لديهم صورة في الفترة كما كان يصور غير  
في صحة وصحة قرابة في حيث حيث في طب غير واضح ولا





للون (تفتح) في مؤخره اسخ (محيي) والشرى (مصري نو عدالي) ومتوسط نشاط  
في الأماكن الأخرى (وحي مثلها شكت بحلته

ووقتة نظير و : هك نشك بحدي حرو فلات بار يروا مشاط  
راند في منطقة محي و بحود و شط في منطقة ما أو هدم التسلق في  
شاط منطقة ما يكونه بحاف محي و سوف فصل ما خلال ما نفس من  
لطلاب كيف ثرت هذا التكميوي. : عه في حيدة مصر. أب الآن فسوف  
قدم ما فيه ختم طرق شعبة لاستفادة من در سب SPECT في احب

من الحف

من حسي

من الحف



من الحف



من حسي



من الحف

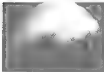
من الحف  
من الحف

من حسي  
من حسي

من الحف  
من الحف

من حسي

من حسي



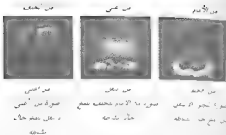
من حسي



من حسي

من حسي  
من حسي

من حسي  
من حسي

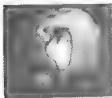


وتمتد إلى الأجزاء الأخرى من المنطقة المتكافئة في وجود مناطق طيفية في نوى النوى الفعالة  
يشير إلى التغير في المناطق المتكافئة في نوى الف. وفائدة ما يكون الجزء المتكافئ من نوى هو الأكثر  
ملاحظة

1. ما تمهيد التداخل المتكرر صديقت إيلين و د. اسلوب عندما يشعر في  
نصف الأرض من جسمها ولم تكن تتصحيح حتى نكلام. وكانت في حالة طلع  
وكانت أسرتها قلقة لحياة عيها. وبسرعة من شدة هذه الأعراض، إلا أن دراسة  
CAT في جزيء حلما بعد سبعة عشر سنة صبيها وقد طيب بعدة المراكز  
حرارة و د. د. SPECT عيها. بشكل في إصبعها، جبهة في سطح. ووضحت  
ل. ما وجود. بشكل في شاطئ عيها. صديقي الأيسر يصف جلطة حدثت دون  
معرفة. بعد أن هذا الجزء من السطح ومن خلال هذه الخصائص المتضخمة. بين  
معدني من جلطة. في استنتاج لأحد. جاء الإجراءات متفاني نتائج الأمر  
و. د. د. CAT عام. لا يظهر وجود بشكلين إلا بعد ٢٥ ساعة من

جبهة

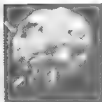
### مع إيلين غاناكر بالجامعة



منظر سطحي ثلاثي الأبعاد للجانب الأيسر

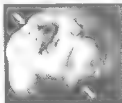
لا حظوهم. قلب شديد يسير إلى وجود حبة في الفم الصدغي الأيسر  
 ٩ استقيم اسطوانة الحافة مرهنة كبح حدوث أسرار في المسكن كاست  
 انسي التي منح من لمر ٥٨. عدم تعالي من كساب حده لا يستجيب للعلاج  
 وقد يشد عيب مستقيم بسيد. وجصاصها سر سة SPECT لتعريف حالته وقد  
 سعت عدم كسابها تعالي من حططه. شديد ٩ مع عدم وجود  
 عراض شديدا

### مع دسلي ليمر بالجامعة



منظر سطحي ثلاثي الأبعاد من

أعلى إلى أسفل



منظر سطحي ثلاثي الأبعاد للجانب الأيمن

لاحد لتغير الكبير من مد يشتر إلى وجود حططنين ٩ جانب الأيمن من

١٠

بعد حر ١. دقة ليريد بشأن أنهم بدساب. دي لا يستجيب للعلاج  
 ليمر ١٠ من دصاصه دسلي بعدون من سكتات في الفم صدغي بشعرون

باعتبار هذه خلال هذه الفترة بعد إجراء مراقبه مستمرة أحد لأعيب،  
 متخصصين و لاعمال و أدى لشخص حديثا على أنها مكتبة سأ على عرض  
 مثل وجود P. Saques في تزييد لزيه لعدم استمر صيرت بعض، ولكن  
 بعد و سبب في مكتبة هذه خطية بموعد، وذلك من بها بأدوية تريب  
 لتجلبات لاثم حدوث مكتبات أخرى في المستقبل

٣ - من هذه الكتب على هذه سراد اسريصر واستدري جمعهم بحبه  
 عديم نام غرب و من رجل اعني شغب عقده مديح يدب تظهر بحبه  
 حاتم سحر في تديت ك منسى شب بضيعة ولكن ضرور لوقفت تصور  
 لأمر بهيئت أصبح يتلقى حسانو أساسيه في حياته، كمنح إقامته، وانه  
 وجد حتى معه وانه ينفقه ولا-ه إلا وحده هذا المعير في سوكه وشدت  
 تزعجوا من هذا لتسليم وكنوا بعضهم منه لأجل ذلك ووضحت صور  
 SPECT في خدب مع غرب وجود تصور واضح في جميع اجراء مع ولكن  
 صفة خاصة في الموضوع لأدوية والجدارية والصادقية، وهو ب يوضح صلاته  
 بموض الفردوير وعندها عرضا على لأمره، صور، وأصحه هذا لأسباب  
 بسببه حبه منس فرام من خلال غير حبه، تكلموا به م يشي يحدوه  
 رعاجهم، وإسا كن يمدى من مشكلة صبية خطيرة

وكان هذا من أن يوحدهم ب يوم بلا سره فرماد في تظهر بحبه  
 واهمه أسر بيهيبت ختمت لادنيه مع شائكن يعيش مع شخص ممدوح  
 بعرض الرهايم





الجنسي ترويب لا يكتسب قوة مدبري على حسن هريق وهداك فعت  
 ليد . ر . ديب على ادلاج وتحسنت هيك هيزف عطيك لعتاب وبعد  
 سنة شهر كانت قد حصلت بشكر كبير فاعطيتك بحطاب . واستدعت ل  
 مسعود حصب

٥ . مرفه آل سيب بشكة هر سوء لعدته وبعاد الربط من عومن  
 لبي شمسب في ضرر . كعت سوي هي جوم مرأ . راعا في الثامنة ولشدين من  
 بعد . وكنت هذه اميدة وسيفة وسفرة بنفسه سدية . وكنت قد هجرت في  
 شيبها م . بجتر مع روجه جدي الأمريكي ونه يكر روجه سدي كـ .  
 يبلغ من عمر ٩ عاما هو سدي جاء بعد الي ونه حقت وسدت كال عيو  
 معار . بن كال ينكر بشدة أن راجه سدي من مشاكل معروفة خطوره وسبع  
 هن لئاه عمله فليهم تصح ر يحي كال لديها مشاكل كبيرة في مذاكرة م  
 إسها لم تكن تعرف اين تعيش ، بن لم تكن تعرف رهم فليعوب . ولا حتى سم  
 روجه ونم جو : راب SPECT على بيني بيكنشي وجوب نص ر لجسد  
 لأمر هر القصر . لياهي لبع . ميا يوضح أيب بعوض من قبل لاصانه شيرة  
 في برس وكنر عداد سدي هر هدا كـ . كن ما فعتنه هو أيب هادك رأسها  
 وحط بيكي . م . تذكر ي تي فصيل من هذه الإصابة وعندما سالت أحنها  
 صيرني ان علاقة بيني بروجه خلاف عصفه . رأسه كـ رسي . بعدلته  
 وأحيانا ما كن يمسك بها من شعره ويمسك رأسها بحادثه وكـم طيب  
 الأخت من بيتي أن لبع اشروحة ، وكنها كعت تقوب . إن هذا لن يربط الأمر  
 لا سوء



## منع بوشني التأثير بالإحصائية في الدراسة



منظر سطحي ثلاثي الأبعاد من الأمام للجلف  
لأحالة لاحتلالها نشاط الكبح في القشرة الأمامية البعيدة

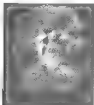
وبعد هذه قصيدة من إبداع بوشني تستشعر حد رواجه بصفحة شبي لكي  
سبح بها دبحوح ولعوبة بغير. وظل يؤكد في لا تعني من شيء وكنتني  
كعب أعرف أنها بحاجة لأن يخرج من جو معول وذلك رعب لأمر بعبه  
بعد يحتاجه بخدمت صور SPECT لإنه انصافي بار نرب يعل حصر  
بالبسة لبه بما كان به لا أنه مر له بوشني وعبه بعبش مع أحب  
سوف يصبح من حدال هذه الفصه زغيره من بعبش في هذا الكتاب  
في بعبش الذي بعبش و لنبطبش بعبش بعبش يكون عظم بعبش  
بعبش و بعبش بعبش لأن في بعبش بعبش هذه بعبش بعبش  
بعبش بعبش بعبش



١٠٠٠ سنة. ربما من مصر ، يحدث من كونه من أن أقوم شيد عمليا أو  
تغير في كيمي وذلك بصورة سيطرة ملامح ويكتفي كواحد مع  
بريد في ذلك سيطرة على حال يحدث في وقت نفسي ، في ادراج من  
أدبر يدان من هـ مشكلة " نفس يعنى شغل ذهب أفكار يجابية ذكر  
الآلة التي كتب شعر في بكثرة عالية سراج ، بعد انتهاء بمرجع معظم  
من ميعادها في سيطرة من غير خوف سواء جذب م لا في ابرامج  
و محسنة وصفت بعد عادية التي سوف أرفق في بعض المدارس لبعض  
مع فني ، وكان البرامج رة

ثم من أبدأ أقر مصر وقد عرس عربيا فإن موقف يثير مشاعر  
شعر عربيه كقوة يدفع لشخص مني بدعي من أكل في اللغة لخدمة و  
حبيب قد انزلت رة ١٠ لخدمة صراع نور مني على حيتي وجعل من  
بعد علي ، بعد مع بعض مؤلف ضعيفة في ادرسة وانس وقد  
كتب ١٠٠ سنة اجراء ١٠٠ بعد عادية في دعي امر ورثي دعي  
وعني ظهر دعيما بعد اشهد في صر SPECT وقد ساعدت معربي بدعي  
أعني من مشاكل في حد آخر على ابدعي وصلت بعد ابداعية شعبي هي  
بعد تكنولوجي لمسح دي كان بسبب لي لقب

مع الدكتور آمير القادر مائيد



سهر لاني الأبعد لخدمة الأسفل للمع بعد المظلة

لاحد ردة المظلة في الجسد الايمن من بعد القاصيه (المسهم)

### ميشيل

جهد في تكون أسنان حج من صعب ملاحظتها. وهذه أخرى تكوير  
 + صحنه. وليل أربعة ملكة حرة سفي لصد على الصلة بين حج ونسب  
 من بين موصاي سيدة تدعي ميشيل كانت قد تركت زوجها ثلاث مرات ولكن  
 يحدث في كل مرة خلال عشرة أيام التي سبق انحيص وفي مرة ثالثة  
 ردا بورها وعظيها وتكثيرها غير سطفي لدرجة جنسها قهاضه يمكن  
 بسبب خلاف بسيط وفي سبعة ليوم انبهي فصل في زوجها في المكتب.  
 وعنده انقيت ميشيل بعد انحصار وثلاثين سنة - للمرة الأولى كان ذلك بعد  
 ستة أم هو بداية عحيص وكانت الامور قد سفلت إلى حد كبير فعدة ما  
 نصف سكر ثلاث ثعبان في يوم واحد من بداية عحيص بعصب جعت  
 و مكسبي كانت سيدة خيعة ورهيلة ولكن من صعب هي 'أ' 'نحيص' أن هذه  
 س. قد عار. زوجها يسافر قبل تلك الأيام وسرا خطورة تصويده  
 فبرت أن حرة في سبي SPECT الأول قبل بداية عحيص بأربعة يوم  
 خلال صعب وقت في عحيص. وتقوية بعد العحيص بأحد عشر يوما - خلال  
 هذه وقت

وقد لاحظت أن وماتلي و مشاكل اجانب لأيسر من الحج عدة في سبيط  
 بين أن انوار اشديد من والى العصب وتصح من خلال انراسه التي أجريته  
 قبل العحيص وجود شحارته إلى حد كبير في الجهاز الحرق الذي يقع بالشرية  
 من مركز حج وتحكم في حمية من جهة وبضعة خاصة في حبيب لأيسر  
 وعدم مخرقة أو شده في الجهاز القوي (في حاسب مقارنة بالحييد) فانه في  
 موبده مفلون مرية نحو لاكنذب وتؤثر وقد كان هذا بعد كثير في انراسه  
 شدة التي أخذت بها بعد ١١ يوم من بداية العحيص عند كانت شعور  
 بالراحة وهو الوقت الذي كان فيه الجهاز لطيفي طبيعي

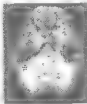
وأخر من قبل انقيت عار من حقيقه معها - ومن عار من س. والنسب  
 ملاهي عحيص من قد لأخر من. يمكن في الامور حيث بعير شيبا حج  
 سيدة ونسب مفعولات لا يمكنه محكم بها وجود بالجهاز الحرق انقيت  
 كدته حمية من مستغلات هرمون (الاستروجين) أكثر من أو حرة آخر من

جاء مع بعض إخوة أكثر فرصة لدى بعض المصنعات حدوث مشروب  
 صديقة عند سحق وعبر لثمة في عند الولادة أو عند سن يأس وحيد  
 يكون بعد مشروب مشروبات كبيرة وبالنسبة لشيء مثل مشروب قد يسبب  
 أعراض ما بين لثمة في مشروب جديد، وربما تثنى حصة عبيها، وأدب  
 لابد من الانتباه به والد رأيت بعض هذا المشروب مع ووجع آخرين كنت  
 أنشده مشرب في نفس الوقت الذي كنت أعالج فيه مشرب وزوجها فحلل  
 أصر واقب فلهذا، حدثت كمن زوجان يتقاربان، أما أثناء أسوأ وقت فكان  
 يحل محل القرب المشرب والبع

وعلى ما أتت به بعدا مشروب اعصب يسمى Depakote

divalproex بالتحديد غير يعطى من مشروبات مزاجية بوزنه مثل  
 مشروب نطع لاكتامي وحيث إن نتائج دراسة SPECT التي أجريت على  
 مشرب ومحب وجود مشرب مشرب بوزنه في الجانب الأيسر من جدار المخ  
 وهو لا يري ما لاحظته مع الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات  
 مزاجية بوزنه بعد عبيها Depakote وقد صيغ به حقه المزاجية إلى  
 حد كبير ولكن بعد مشرب مشرب حاد . أعجب نقيع به ركن الأسم  
 عادت كما كانت ويشكك ببيع وبعض بي زوجها وأقرب أصدقائها لكي أصيب  
 به وهو يراه أخرى ويبدو أن عبيها هذا الوقت الأمل لتناول هذا العنصر فيعد  
 عبيها مشرب مشرب ، يوافق مشربها عن تناولها ودين حدوث المشروبات

منح عرشين الشاكر بأمر آخر ما قبل الختم (العل وسعد)



منظر ثلاثي لأبعاد لشعاب لسلي شاذلج

حي، وهو على جانب لايسر حد من أربعة أبعاد من المحيط لاحظ  
بحركة برادة شعاب حول شعاب السهم أو حول موحدة على الجانب  
لايسر لشعاب بعد شعاب أبعاد من شعاب لاحظ الحركة التجميعية لشعاب  
بفوق (شعاب)

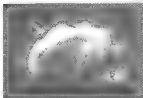
### بريل

بريل طفل في أمانه من عمره وكان سعيداً خدياً ليله فقد سته الأولى  
روضع بريل سته في جراب خاص، وسعه تحت وادته، لتخذه جنية  
الأساس، في الصباح بعد بريل، لصحية شعاب وجد دولار في جراب، وحس  
عوان جود بيل في ضية الأساس وخبره شعاب عندها استندع بعد الدراسة أن  
يخرج سته حدى إلى بريل خد وذهبت به شعاب وجدت لسده ضية  
كوب وشعاب به دولار شعاب ضية الأساس، وبعد يومين خرج سته حدى  
بعد سته تلقى شعاب وحده، مرور بسبع سنة عرف سته م كش محبلة  
أخبره، جنية الأساس لا تأتي حبيب يفتح سته بعنه وطقت منه ألا  
بعس حد مرة أخرى، ولم تأت جنية الأساس تلك الليلة وخلال اشهر تقي  
م بسبع بريل أن بعد فكرة جنية الأساس عن شعاب، فاقطع ثلاث أساس  
أخري، ولذلك جاءت به شعاب لأفحصه

وكان حدث تاريخ من شعاب الأساس واضطراب شعاب  
تقوي في أسرة بريل، ولم يطمع الشحلات استوكية في شع بريل من شع

مدته وفوق حد كسر عاصي من مشاكل في أسرته وقال المدمون "إنه ذلك ما يفكر في أشياء معينة ولا يفهم ما يجري في الفصل" وبعد عدة أشهر لم يظهر له عدم و علاج حرجي وذلك أموت بوجوه مرساة SPECT لأفهم أكثر من طيفي مع برينل وقد كشفت أسرته عن زيادة كبيرة في الجزء المصنوع من بعض المواد الأساسية للمخ وهي منطقة الحرقية التي ستعرف بعد ذلك.

### مع برينل



مشور جاسبر لعللي الأبعد للمخ حال نشاطه

لأحد النشاطات التي للمخ في المنطقة الطورية

وهذا الجزء يسمح لك بالتحسين اقتصادك من شيء لآخر وعندما يكون هذا الأمر في حركته هذا جزء من الميل لمرء إلى توافيق عند أفكار أو سلوكيات معينة رجلا بالحركة الكبيرة في هذا الجزء من مخ برينل، وضعت له جرعة من Sertraline Zovolt وهو دواء يضاف للبراسور ولاكتساب معروف عنه أنه يهدئ هذا الجزء من مخ، وخلال عدة أسابيع خلقني الانزعاج القوي بالأساس الذي برينل وأصبح أكثر نديها في الفصل

### الزواج والمخ

#### عائلة بنتلي

جاءت أسرة بنتلي لبرينل عندما كان هذاهما يحيان من مشاكل في الحياة. بعدة أعوام كاتب يتحدث كثير ولا يصبر ولا يفرح واحد به وبشقيقته لا تشد في معظم الأحيان أما شقيقه من سبعة أعوام فقد

١. في مصر عن مقعده وهو يا مع زملائه ولا يؤذي وجدته وكان هذا  
بهملاً ومثلكما وكثير من شباب الإسكندرية من والديهما - يوسفي - أن يبحثا  
عنه عن علاج وبأن يمد فترة الحضانة وأثناء انتقاهم أخيراً الواسع بأن  
روجهما متعاشك وخلافتهما فيك

وشخصاً حياً بطبيعته التي تصور في لانتباه وهو اضطراب عصبي  
بمروحي و التي يصيبه في كثير من أحوال في حالات أسبوعه ويتميز هذا  
الاضطراب بقصر فترة الانتباه والاهتمام للشئ وعرضي وغالب تركيزه  
٢. في مصر أيضاً في بحري واحة ومشرق في ميطوغة عن الانتباه وعرف  
والمر واحد ما هو قصور لاهية وإشراك المدرسون في مدشاش عنه وب  
وصف أدوية لهذا، وتلقى واحد ترغيبات عن كيفية معاملة مع لاهية  
يكون أكثر دعاية في معاملهم مع طفلتهما في المنزل

وبعد مدة أسابيع ظهرت استجابة كثيرة لدى ريتي للعلاج حيث  
عند استوائها في مدرسة وبدأت تكلم وأحياناً بصورة رفيقة وصاح سبها  
فدرة أكبر عن الحسد في سلوكها حتى النقص كما تشر في كل حال ذلك  
حيث استجاب مثله في مدرستها ولدت به ذات علاج بأى سبب واهية  
عنه حيث تولى مع تشر في ريتي عن يعاين به ضعف شديد في أرقم  
مداها في مدرستها عن صيغة علاقتهما لا يهاك في مشاعر كريمة تعرياً  
ولدت ذلك حصر بخشيت طلاقها وحسرتي مشاعر عن ميازيات الصبح وعن  
عنق الأيوب مشاعر وعن تعديلات بترجيب واهية في لا يستطيع تفكير في  
٣. وحسرتي وبه في من صلاي أمي وامي وبخسرتي لا مع في ريتي مدبر  
أعز في نفس بوجود يوم شامد سبها، ولشبهات في يعتقد أنه لا يوجد منه  
به مشاعر لاهية أنه يشك فيهم مشاعر عن حجة اهتمام وتقر بشكر به  
٤. وبه في ريتي بهد أسبوعياً للحضور عن استشارة ريتي

بحسب مكسبي على أكتنن وبمكسبي أن أسبج لك عن طبيعة معالته  
من ريتي من طلاق لك لدى وجود لجوس فيه لاهية حسا في مصر  
تقدم، فإن هذا يعني وجود رغبة لاهية في تقارب، وانعكس ما جلب كرم  
سبها عن ريتي وبه حدث من عديس بوجين جلس كل سبها عن ريتي



منس الآخر بعد ان يكون من بعضهم وقد في عدة عشرها قدم سيطرة  
 ربحية أجد مئة في ذلك وشعر بمعاودة وقد في الأرواح والأمر يقترب  
 وتذهب كذا ما نعلم على ان يذهب كذا منهم هدف لأمر في علاقة. وأتضمن  
 أشهر من يحتاجو. يجب لتحقيق هذه الأهداف ما يصح يوم وبمضي قدم  
 يكذهب أو مئة وقد كذا اختلاف بينهم شعور. فرحة - الوعود في  
 ع ٥ ٩ - يعرفون وجوبهم من صوبهم وظلا خلال تسعة شهر يقترب  
 بحثار من خلال في كل جلسة وبالزعم من اندح إلا أنهم كذا بالشاغل  
 من لينة تقريبا وكذب أنساء. كيف يعيشان مع بعضهما حتى الآن؟

وكذلك بجلستهم تصور على خط واحد يوم تدخل بقي فبعد أن  
 يخبرني بعد جريتهم بعدية طرد لانسوي شامت مبسبي بشكر مشقة من  
 صبي وبطن بشرها بالزعم من محولاني ما. خببر لي بعد. آخر أكثر  
 بجلستهم بعد ٩ - بعد صعوبة كبيرة في سير الأحداث أو لإحباط  
 بعد مئة ركاب تحسب بعد من سمو - بعدة سوء جد - يوم وعين  
 وبعد مئة كذب بكر بعد مئذ. وعلى حبيب لأحرم بكر يوم بعد اي  
 اهتمام فيجوز ان بعد بيلشي في سلام كال بعد بعد كما لو كان يوصله  
 غيب مصادف طلوعة ركبت. بعد م أحد نفسي بفسرة لان أغيب سجدية  
 مرة أخرى. وعدمه كذا بشارت في امثالي تكون له في غاب ملاحظات بضم  
 بعدوة والمكر. ثم يشتت أمثاله مرة أخرى وذلك ان كان يذكرني بدافع  
 ضرب واحد تسعة في مشقة من طرأ بشهد

وبعد مئة شهر من علاج ليرجي بول جدوى كذب حدة بشارت  
 سو. بدت يوم بعد جلسته معرودة معه صديقت وفيه لمكتب إقلب بعد  
 بيبه بي. ذلكا في تحقيقه يحاول جاهدا بواج ما فعل ولكن هذه لم  
 بعد م حتى أن. من بيبه كما ماها. بول بدير أمثالك وحيدة تشترى  
 م. لفصلا بشكل سلمى بشي تعطين بسكه وصبيته شيد من ملاء  
 بعد م م بعد م. في قوم بصوب ببيته لأرى م. كذا بعد م جرة  
 حيوة بعد م في مفعلة روحكم. ورائق لائن على جرة بسكه برباب



به الحبوب في الصباح وانه يحسن نوم Britain وهو مادة مخدر يساعد  
 في علاج والربو. حين يعطون من تصور في الاسبوع على تركيز والاستمرار في  
 معديته وأن يكونوا من سادساً وأن مأكلاً أن هناك بعض الناس سيحاولون  
 به. فطرد الاستمرار رجعية من خلال استخدام مخدر. ولكنني عشت أن هذا  
 كان ضرورياً بهذه الحالة

منع بوب القشعرير بطهران في الصور الانشائية



منظر منطقي ثلاثي الأبعاد

أثناء تدوير الحقل الانعكاسي كحقل في حد المستقر لا حظ وجود شيء

منظر منطقي ثلاثي الأبعاد في حد المستقر لا حظ وجود شيء

(المعبر)

وبعد ثلاثة أسابيع من تناول الأدوية ظهر تغير واضح في العلاقة بين  
 الروحاني وقد كشفت هذا في أول الأمر عندما جلس الاثنان على نفس الأريكة  
 عند الحقل بوضوح مثل هذا عندما وجدت بيني وبينها على وجه  
 بوب وهي علاقة مشجعة للغاية وقد أخبرني أن الأريكة كان لها تأثير كبير  
 في حياتي بيني وبينها. بوب تكرار الكلام في بوب بعد ذلك يصبح أكثر  
 من ذلك بوضوح صريح وقد بعد هناك يبدأ الحزن والحد من أصبح  
 بينهم بعد من الآخرين وقد شعرت هو أنهم انصدمت من هذا. الاستشارة  
 الحزن من كنت أقدمها لها. وذلك بعد أن بدأ معها يعمل بشكل طبيعي  
 وقد منظر سادسها من الاستشارة فصالحها وقد منظرها مع بعضها.  
 منظرها على سرانجاتها للتعامل مع والديها بل إنها بدأت في العشرة  
 من منظرها وبصورتها بوب بيني وبينها منظرها وكثيراً ما تكون هناك

رجاء - يسمى بها الأمر بالطلاق أو بالعدسة بصفة بسيطة بسبب أن الطلاق التي  
تخرج من رطب من رويحيون وسوف احصل عملاً في هذا الكتاب عن ملاحظات ربيع

### (وياني)

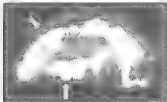
كان وياني من زوج بني يتفتح بملامحت ودية مع جميع فبعضه ان  
طالب مقرون كنت تشكركم صحة دراسية جامعية وكثير ينظره مستقبل واحد  
أو - اعظم - به - يوجد تحكم سيرته عندما عصبية لمدته راحة  
الاستمرار على الرغم من شعوره بالحرارة لا أنه به سبب ويخوض اليوم الذي  
بعد ثلاثة شهر من الحوادث الأولى وقع به حادث حر عند بحرف  
سعد به ينفذ عدم شيب كان يجرى في شارع وحيد وأه بشدة في تراجع  
الأممي و حل من أرفق عرفة عديدة البركة وبعد أن فحصه لطبيب حيوة  
به ليس هناك ما يفتق يثقله. ولكن ما في الأمر مجرد ارتجاج بسيط ولكن  
حذل المسهر لادب وجد وسي أرفق لا ربح يدمر حيوة بعد أن كان  
شخص دور - صحيح - صحيح - وبدأ ينفذ بنفسه لعدم وسلوكه يتغير -  
بعد أن كان صور صحيح قلبه يغير وبعد أن كان عادداً وحيداً أصبح به  
فصص وسدات عصبية وعصبية استمر بعد به عن اعتدائه وأسرته

وبعد وياني بوجه وطء شبه توسل عرفة في الكنية، والتغريب أن عصبه  
به حزن حدة حيث كانت شبيهة قد يحزن ثمر سبب طهر فحذرت  
الآن شهر كان قد ر - سيجين - طء وكثير يحد بلحوم يوم الوقت  
وحدث يوم ملك منه في نهاية الأمر - لأنه أكل كل البقوليات طلب منه ألا  
يأكل إلا حمية بعدد وشعر وياني ر صدفه بحرمه من ك - به يحذره من طعام  
وبه يحذره به - وذلك سيطر - فيه لشعر بسنية وشعر بالاعتماد  
من هذا شخص الذي يحد من حد لدم من منه وبسبب وياني قائم  
صديقه بوحيدة يحضر منه من حد كعبره مي - بويه ويات ظبيوه حد  
وياني سطور وسكن جرر - يوقف عدم انباب الأناسي ينظر الشخص من كان  
فمن دست صديقه وقد قال بي وياني بعد ذلك لقد كان عسى وثب من يعطيه  
ربما

ونكر بالزعم من مبعثرة شعوره بلاضطهاد عني وبلي، لا أنه كان هناك  
جزء ماقر في محله فقد رأى نفسه كما لو كان من أغنى وأقرب حلف لبيب  
ومعك بالمشهدين وركب أنه يصرف دون وحيي وأن فيه أن يصنع نفسه قبل  
بـ صوب الأوان وملكه نصف المشهور، ومضى بمضى عطاء رقم تيلوسي وميت  
صه الأبد.

وعند جمني وبلي وصف لي الأحداث السر تعرض لها وسعرات  
شده من حدثت في شخصيته، كما كان عني، لا أن طبت إجره درسه عني  
بجه ولما توقعه، أشرت نتائج لدراسة في وجود مشاكل حيث كان هناك  
شده زائد في جرابير الأوب بعض المدهي الأيسر ولدى يوسيط التحلل بوليفي  
فيه بجنور الاضطهاد والعنف، ما ثاني نفس لتصبح لعزل الأوب من  
مبعثرة لاسمية ممتدة لعزل، وهو الجزء، دي يحيي جزء من تحوير  
بجده بحرية ما شيء، لأحر وعنده يكون هناك مشاهد إند في هذا جزء فإن  
محبو يُحسّر دأهر دودك بتكثير، ويجزء وديتي نتائج الدراسة تصبح  
من السبب في تغيرات مستوكية عني حدثت وبلي، وهي جنون الاضطهاد  
وإراج للعنف والتفكير سببه دأهر زبون غرافته، وكل هذه التعبيرات لم  
يستمع شعب شريف.

مع وبلي القائل بإضطهاد القران



مظهر ثقافي الأربعة لشاطو المني

لأحد الدراسة المتعمدة في مشاط جدير الفروسي والعرض المصغر الأيسر (الاسم)

ما بخطوط مدوية بدراسة فذات وصف لادوية التي من شديدا تحوير  
عند دأهر عني وهي علاج ممتد لادوية، انشعب بعض المدهي ودواء مشاد



بحاجة و ضرورة أكثر شجلاً للعلاج النفسي وما يحتاجه إلى فهم دور  
 المتخصص المعالج بالإضافة إلى بعض خبرات مثل الضغط أو الجهد، وذلك قبل أن  
 نصل إلى علاجات شجيرة معروضة.

ومع ذلك أقدم لك في الفصول (٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠) خمسة أجهزة لتعلم  
 وفهم هذه الأجهزة الجديدة في علم النفس وعلم النفس وعلم النفس بشكل  
 جديد جداً. وتشكل هذه الأجهزة بعض أسس التفكير في السلوكيات البشرية  
 ولكن فصل بين هذه الفصول سواء بدأ يوسف ودلائل الموقف خاصة لكن هذا  
 من خبرتي مع هذه الأجهزة. ستحدث من دور في بعضه ! لذلك يوسف ول  
 د ب بعض الأجهزة لتعلم أكثر لاكتساب وتعلم وسوف نعلم هذه  
 الفصول بعدة طرق على معرفة نفسك أو خبراتك لتعلم أنك ستخرجون نعلم  
 في من هذه الفصول في الفصول (٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١) فصول أقدم وأقدم  
 للعلاج ، لتعلم.

## نظرة في الحب والاكتئاب

### الجهاز الطرفي العميق

#### وظائف الجهاز الطرفي العميق

- يحدد درجة عاطفة في بعض
- يصدر لاشعاع تخرجية من خلال حالات فعله (يقوم بعملية تلويح عاطفي)
- يصرف الأحداث التي بها يهتف من وجهة نظر الشخص
- يحزن ذكريات ذات شحنة عاطفية هائلة.
- يصدر رد فعله
- يتحكم في دورات الشهية والنوم
- يعزز أثره مع بين الأشخاص
- يعرض بشك مباشر على معالجة حسه التلم
- يصبط الشهوة الجنسية

يقع حبس الطرفي العميق بعرف من مركز الفج والعضو إلى حنجرة جده في حجم كرة الجوز وهو مشحون بالوقود. وكما لعب دور حيوي في صوب الاتصال وبقائه ومن السهولة النظرية هذا الجزء هو جزء مهم جدا في مع شرب. وهو الذي يمكن حيوان من الشعور ويعبر عن مشاعره استجابت بصحاح. الجهاز الطرفي العميق يعبرق به زمن يصحح معروف بالجهاز الحركي. والذي يتم مع ملائمت حمار لطولي والقصور استجابة للجهد. سوف نقول كل منها في نص حديث ويشرح الجهر آخرها عميق عن تركيبه الجزيئية وتركيبه الجزيئية والتركيبية عريضة صفيحة وقد ثبت في مقدمة مسيحة أجهزة مخ التي هيتم بتقسيمها في خمسة اقسام وهذه الأجهزة كثر بعمق ومدخل مع بعضها مع فضاء. وهذه اقسامها هي: استسليم من السحبة الجزيئية مفيد في شرح الكثير من استجابات التي ينفذ



قد أن هذا الجزء هو الذي حرمه الحبرون من بقاياه السلوكية ومن  
 راقبوا انفسهم يوسعه جوع الملح. ولكن نجد في مخ اللوحات عديم  
 المنطق الذي يستمره محيطه بنسج في الحبرون عموما وخصوصا في  
 مثلث من حل يد كى وسخطه ولسطهم وبتذكير لسطي ولكن لوجه  
 هذه الحركات في حبر. لذلك أن يكون هذا شخص نون وشاهد ووجه في أن  
 حبر شدا والجهر لطرق عميق هو الذي يصف لبعده حطفي سود بشكل  
 إجماعي أو سبيبي

### الجزء الطرق العميق



سفر حبري



سفر ثلاثي الأبعاد



سفر ثلاثي الأبعاد

وهذا الجزء يسمى في حبره بحاله ايرميهي بعدد خمس شدة حبر  
 حبر حبري يكون حله حبر بشكل عام بحبره وسبعه على لاس أما  
 حبره يوزع نشاط هذا الحبر. تسيطر سبيبي على الأبر. وقد حلف أن  
 ثلاثي في البريه من هذا لاكتشاف وقد يعتقد أن النشاط الزائد في ذلك الحبر  
 من ملح الذي يحكم في لعموم ريد يعين على فهم كل أنواع لشاعر وليس

منه نسبة مدهية ولكنها لا تحظى بكثير من عناية يكون هناك نشاط زائد في هذا الجزء من عند برنارد بشعور الرئيس بالكداء والاساليب ويدرك أنه عندما يكون جهاً معرقاً ينبغي تصحيحه، فإنه قد يودي إلى صاعق يعوقك بصورة مبينة. بسببه يندم ما قد فعلته في حديث قبيح آخر - على الاكتفاء في العديد من الآخرين حول عدمه.

وهذا هو دور الاعتذار الذي يقوم به الجهور المصري عندما هو يذهب الى عمله الذي يتم في خلال تفسير الأحداث اليومية وهذا بحمار يقوم بشؤون الأحداث فيه حيث ان بعض البطولية تتجسد بكون حريماً بما يعني زيادة نشاطه حولاً للمصري عندما، فإنك في الغالب ستعتمد على تصور الأحداث المتغيرة بصورة سلبية فهو لا يتأخر عن حوار شخصاً ما حول "مديون" أو "مصري" يجهل وانجهاً بطريق لهذا الشخص حركته الزائدة أو "مركب" بأكبر سبيبي" فإنه في حين أن سيمر الجهور بطريقة سلبية ما عندما يكون عند بحره هادئاً و يذوي وهادئاً كما ينبغي، فإنه في الغالب سيمر الأحداث بشكل رجائي و محارب، بالتصديق البطولي للأحداث التي لابد من إلقاء هذا التصديق هو الذي يدفعه للحرب على شيء ما مثل أن يعرفه في رؤية ضبابية لأنه أو يحميها بحسب شدة ما كانت تدور من شخص صديق له من في الماضي.

وعرضاً على ذلك، هناك بعض التناقضات في بعض مبادئ مثل واضح على هذا التكوين البطولي فقد يكون أن دراسته هذه الأمور خلال فترة من خمسة إلى عشرة أيام قبل انجهاً أو صعباً أن الجهور بطرق يكون يتصحب " في حركة سبب شعيرات" بمرموية" التي قد في حركته هذا جهاز يصنع الأحداث بتسوية سلبية وكذا رجة أحد صفاتي يعني من عرض ما بين طيفت وأقل في روج "سبب" أثناء الأسبوع الأول من انجهاً منظر لي بحسب وحسب زكريا أنفذه تقريباً يبدو بها صورة ما بين انجهاً بعشرة يوم فلتقصر الأنور بناءً فتأتي إلى السطح وتصور ملاحق وجهه بحيث تصبح كما يكون من مخرج من انجهاً وعدم نزعة في الإرجاع ويصبح كذا شيء، لكنه تتجلى حركته وبعد تصحيح لأحد ما يتشكل سبيبي بعد يوم من بداية انجهاً يعود سيرته في ذلك، واضح أكثر انجهاً وجهه وحسب



و هو : حرق العقيق بنوم يداً وشكر مدبر بمعالجة حسه الشم  
 والجهاز العصب الشفي هو الجهر الوحيد من بين الأجهزة حسية لحاسة الشم  
 جندل من عضو الحسي مباشرة في منطقة التي يتم مدحج روائح فيها في  
 مع : أرسلي المؤدية من الحواس الأخرى كالسمع والبصر .  
 والذوق . فصل أولاً في محطة مرئية قبل أن تصل إلى مقصده الأخير والجهر  
 الخاص بها في المخ . وحديثاً إن حاسة الشم تنقل مباشرة إلى الجهاز البصري  
 من قبل قوس سم . أن هذه الحاسة لها بعض الروائح تأثير كبير على  
 حيق شعورية وتساعد مشاعر الصور ومزيجات ألوانها التي تلح سنم رتبه  
 ملايين الروايات على هذه الحقيقة . إن الروائح تجسية تنشر مشاعر إيجابية  
 سارة ليس بجوارها روائح الكريهة فتعمر الناس عيش

وهذا كشفت الحاسة بين الجهاز البصري والروائح من خلال واقع حدثت  
 في عندما كنت في السادسة عشرة من عمري كنت وقد سجدت في لاء  
 زوجتي ورائحة من كعب هذه كثير بالظاهر ما به سحب ودمت بينه بعد  
 حطو (كولوني) الذي كنت أستخدمة بعد خلاف . فاستمرت النوع الذي كنت  
 استخدمه حتى وعندما ضعيفت هذه السيدة في سبرسي . لاحظت أن هناك  
 فرق كبير في حقد أسمي يسبح لأعميق وذلك ما عاينه بعض القوم ما تكرر  
 ذلك . وبعد ما يكون مني ما في بلد بينه فقد حسنت بجوارتي مباشرة  
 وسكنت بدون قس . وبعد بضعه . وقوم مني قبل أن اقترع بها وكانت  
 تنعم حينها كثير من في وقت قصي ولا حاجة لقوم بمن في بلد لك الحين  
 في أسعد في بغير

وهذا أيضاً رابط بين قامة العلاقات والروائح والجسم والجهاز البصري  
 بعينى ذلك . فالبون قد كتب لجورجين يطلب منها ألا تستحم لدى أسبوعين  
 من عوب من مركة وذلك يريد منها . تكون راحته فوقه لأن هذا كان  
 مشبه حسية وهناك حقد . تكون روائح التي تثير برعبه لحسية بنوم  
 يمدحج حقد البصري ويعبر من مزاج الحقد . وشهدت مره في هذا حقد  
 ربيط لاكتساب . ودياً ما يؤدى إلى انخفاض لاهد بالجنسي وهي اقصد



كثيراً جداً (يعبر النساء إلى استخدام جرعات زائدة من الحبوب ميم بروجر  
بمعدنات الزنك، أو يشتقن أنفسهن) والمرجل بشكل عام يقل اتصالهم  
بالآخرين مقارنة بالرجال، ولا اتصال عن الآخرين يريد من حشاش كفا  
محدولاً لا تهاجر.

وحتى حرز عيني وبصفة عامة الهيبيرلاموس الذي يوجد في دعوة  
هو هو مشلول عن ترجمته بحالات عاطفية في نشأة من الأسر، أو  
مؤثر وآخر، وهي هي وبيبالاموس بحث سائل جبهة خمسة من حوز  
حيدر العسكر - راسيخون على اجزاء لغتي فيرسل بشارت ملهرو و  
حارب خوف من حلال الجوارح عصبى مسؤولون وجرار الحسني من  
بيبالاموس نفس يكون في وضع بحركة كذا صمدلاً عن استجابة بحرب  
و نهره وهي هذه طريقة تجعل على سمعنا لأن لحارب و نهره  
عندنا يهددنا سي، و عندما نكون حزينين وتحدث هذه الاستجابة بحرب  
يشبهه الجوارح كأل نرى أو نشعر بتهدد مادي و عظمي فربما  
يحدث انقباض ويرفع ضغط الدم ومعدل التنفس، وتكون الهدد، وذلك لتحويل  
اسم من حوز في عضلات كثيرة معالج - و نهره، وسمع حشاش لغير  
كفي قحس انوية، وهذه ترجمة الحرفية معشاعر تكون قوية وسريعة  
ويحدث ه عند شهيدنا بسية الصريحة واللباداب العاطفية الحقة  
ويحدث هذه الجوارح هي مع رداً وليه بفنوه معصية بحبهة وسمع حشاش قنوه  
بين حشاش الجوارح بطري الحسني و تفكير عظمي بحل مشاكل باستخدام  
قنوه معصية بحبهة، وتقدم بعض الجوارح بطوي سور العواطف انبادة ه  
قنوه مع رداً وليه بفنوه قنوه مقدمة بحبهة وتثير عروست  
حديثة في وجود وسط بين لاكتئاب، وزيادة نشاط الجهاز الطرفي انعمير  
ترب، نشاط قنوه مقدمة بحبهة وخضه في الجوارح لأيسر

### مشاكل في الجهاز الطرقي العميق

- تشنجات لواحيد
- زيادة التفكير العسفي
- تصرفات عصبية لا تحدث



الحيوي في جوفه وحده مشكور كثيرة في سمواته فقد تشعب نام  
 من رصيفه بحيث يحرق من لسمو الطبيعي وعلى سهل ماء  
 حديد رصيف لحيوي يدنو من مشكل في سمو او يدنو من نفس في لور  
 او يحرق في سمو عساً ما يكون ذلك لانه لا يرتبط سم ههنا

وفي مثل هذه حالات يؤدي بشفه غير الطبيعي لحيوي بطرق التأم في  
 حركات مشكور في سمو لتقل وبالعكس يمشق قوسى لأحداث بخرجة اعلى  
 واحد هذه في عمليه لا ترقط و حدوث مشاكل في الجهر حرق ويمكن ان  
 يحدث في أي وقت من حياة الإنسان والتي نعم ثلاثة أحداث تؤدي  
 حدوث حرق في رويط مشرة وبالعالي ان مشكور في الجهر الطريق

### الموت

موت و د و من او روحه قد يبدى في حرق وهو شديد وفي هذه  
 حالات لا سيرة عساً ما يكون هذا رابط كيميائي وعصبي ومن انكم كثير  
 حرق من الدورات والبحر لعاصف ومشتب يقطع هذا الرابط يحدث حين  
 في لسط الجهر حرق ويعد بشفه من سمرون بالأسى اسم يشعرون بأنهم  
 حقيقي ليس هذه مجرد حرق وبذلك لأن الحرق بشفه مراكز الألم في مخ  
 وهي تكون بحور الجهر حرق

من تعريف أن تلاحظ من الأشخاص الذين كانوا يتمتعون بعلاقات جيدة  
 مع موتى عاشوا بشفه حرقهم سريع من مفرهم عمر كسب علاقاتهم مع  
 موتى منه بالاضطراب وحرارة والاحد والسير هو في لعلاقة لا إيجابية  
 بشفه بشفه حيدة وسعادة هذا حذريات بسادة على عسدة اشعة من  
 حرق في عسدة من كسب علاقاتهم جيدة بالمشروبات ضمنية مع لموتى  
 في سعادة هذه بشفه مؤدي في عادة شعورهم بأنهم هذه لذكريات وهم من  
 حرقهم بالثواب يدورون صلاح يحرق ويبدى انهم في علاقة ولكن دون  
 حرق في شعورهم بسادة بعض عسدة شفاء ان مثال حي في ذلك  
 فقد كسب علاقاتهم مع عسدة عسدة وبذلك ما كسب بشفه مع عسدة  
 فقد لأسباب وبشرفهم من هذا كسب عسدة عسدة أمها صعب عسدة في  
 حياتهم ومن يستطيع روجه أن يتم سبب في هذا الحرق ولكن ما كان يحميه



من راحته هو شكوته من آلامه وألمهم اعتمادها به وما لم يفهمه هذا  
روح هو - حرره دون - بشك فقط بسبب وفادتها ولكن أيضا بسبب أنها من  
مستحق به لأن - بحالها لرمعه على هذا كانت تنوي به بهد وبين أنها  
قد قضت قرب على كفى منها

وقد يوجهه و حبيبته بؤس في شعور بالأسى خلافاً لذلك أي حبيب  
قد أن يقدم علاقة تنبيه مع شخص ما بشك منظم لا يصبح مودة مر  
بحرارة بعدة ذلك لا ربطاً لجهار لطري قد تقع وبعد هذه العلاقة يصبح  
من لا طرأ العلاقة جرة من أرباباً المكفوفين هذا الجرة من سج ويحتاج  
حل في برودة في وقت طويل حيث إن الجهر لطري قد فقدت مدة من  
نحسب وضوئته وورثته

وربطاً لجهار بطرق لا يعتمد على اتصال انجسي فمن بين الأشياء  
في تلك لا يشعر منه ولكن القصد يؤثر على الجهر لطري فذلك الجهر  
أبداً لا يتغير من نفس يرتدون بهد حيويات كارتطبهما بحر الأس  
حبيبهم وهذه الحيويات يعطى حب غير مشروط وذلك برابط به من اعتماد  
وذلك كذب شعر من حبيبته أمنت بأحدى عظمي - وأريد بيدي على كلفي  
منه فصور بحبي بأن بهد ثراً وحداً على تهدئة الجهر الطوفي وسوء  
خفي من كسبي الله كذا في بهد نفس وخست وقد بسبب الإصابة  
محرره وقد كذا لحرر عليه عيشة ورفق عليه القسوع وخاصة من بسبي  
وواجبي بهد - حبيبته من مضك في نوم، وعدم رغبته في الأكل وفي شيء  
بشك - مشعب كذا بهد ويسبب له شعوراً كبيراً بالحر والفتل والخوف  
سجنت كذا في موت حيويتهم لا يقد سرجه لتكبره في لا يقد - أو صابونهم  
حده، الأصعب - بشك - من بهد - فلا بد من تقرير هذا الأسى عظمه كذا  
لأن حيويات لا يقد

### انطلاق

بعد أن كثر خلاف مصدر لأشد وأدع ضغط لذة بشك - يعاني منه  
- وسفر مشهور - حشر شديد عند عدم رجوعهم من خلاف لطول أكثر  
من وقتهم سافر وقد كذب من غير - لا أشد من أسير يرتدون ببعضهم

أما ما هو فيكون رباطهم قوياً، وعقد أن هذا عذرهم في أحد الأساليب  
التي هي بعدة ثوب الزوجات لأزواجهم غير يسبقو بعضهم فليس هذا  
ربطاً من يوجد في مركزهم كذا وضاعة شديدة على مرء، لدرجة أن  
قد شعر بها في حبيبت وكذا يذوق رجاء أن تكون ضمة قريب من  
ضم من مشك في لاكن وجود أو في شعورها بالاحتياج والوقوف والبركة  
الاجتماعية، وكذا ما مر في هذا، امرت بالزوجة من رجل مثله  
و... حب، لم يستطع من شعوره بسعد، وعند خروف أنه ستركها وسيرجع  
بحرق من سبب له إصابة عارضة شديدة، حيث ياتفد شديداً فيها، تضع  
رأسها في فرك اللقمة وتشعله، ولحسن حبها وجد من يسعد، وبأخيراً  
سمتشفى وبعد أن يد جهاز الصربي يذهب بحسن، شعوب بدتها، وأمرت  
بها أن تترك حب زوجها، وما لا يستحق، أنقل نصيب من أحد بعد  
عشيق.

من إلى شخص ذي منصب لعله يعني به من لاه، ويعبر بغيره من  
أحد، وبعد أن أرواحه للفرقة الكيميائية سيطر لدى شخصين لتعصير  
و... يطلب منهم لطفه في لا يترك هذا، قد لا يتوقع فترة لأسس لمر  
معصا أصلاً ساجا، ولعله يحسبه لبعضهم بالندر، لدرجة أنه قد  
يشتر فيهم عصب شديد، ويغضب عارضة في الاستاء، أو في الحقيقة الذين يعانون  
بعضهم بشدة، كثر من أولئك الذين يشعرون في أحوالهم، ويرتقبون منهم  
بعد، في حين يعمل ويظهر ويحس، كل من هذا، يستطيع لأية، لآخر من ما  
سبب في هذا الاستياء، لسياسة، فيضع له بعد خيالية يودي إلى تشييد  
بحر خروف، فيصبح شخصين ليس بعد محبة، وسلب، من يشعر بعد  
حساسة، ربما يحس بعد شىء بصرف بعد شعورهم خطأ، وسرور من  
ظهر حبهم يعرفون، أن عليهم، في ينصرون ويستجيبون القمص  
والعداوة كوجه حزين.

### أعراض الحب الحالي

عند برك لأولاد، من يشعر لونهان بحرق، وحرمان شديد، وبعد  
أشهر منهم شهيد بعضهم، ويعاني من مشك في اليوم، لأن هذا شيء عظيم.

من مشكلات هذه الحالة : ١ - نومها ينشعر حجم معدة ليس غايها في سريته  
 ٢ - بعد انقضاء وقتها في وقت النوم قد يمرض من أوجع البطن على عندما يخرج هذا  
 لأن من فوق من معدة ٣ - حديدية الحبيبات أو يفتقر إلى اختلاف بين لأطباء  
 ٤ - في بعض هذه الحالات قد تكون طريقة طبيعية لتعدد التباديل وارتفاع  
 على أنقضاء ٥ - بعد حصوله لوقتها في الاستعداد الشاكر في مخرج الشاكر  
 ٦ - في بعض هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٧ - في بعض هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات

٨ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٩ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٠ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١١ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٢ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٣ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٤ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٥ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٦ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٧ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٨ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٩ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٢٠ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات

## الكتاب

هذا الكتاب هو من علم العلاقات والكتاب في شخص الكتاب لا  
 في اختلافه من وديني من بعد وأخره لا جنة عليه حدة في تحفظ  
 من علم الكتاب من شخص ذلك محاولة لأفاد العلاقات وهذا من شأنه  
 ١ - من الكتاب ومن الحصول من العلم

والمعروف أن سبب في الكتاب هو وجود قصور في بعض أنواع الكيمياء  
 عصبية أو الوصلات عصبية. وبصفة خاصة ، ٥-هيدروكسي تريبتوفان  
 ٥-hydroxytryptamine وسيرتونيون serotonin ويؤدي هذا القصور إلى  
 ١ - وأخر ، لأن في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٢ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٣ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٤ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٥ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٦ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٧ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٨ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٩ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٠ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١١ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٢ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٣ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٤ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٥ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٦ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٧ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٨ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ١٩ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات  
 ٢٠ - في هذه الحالات قد يكون ارتفاع من الحرقين ، لأن في هذه الحالات

أحمر صرنا جرساً ارتداداً وثيقاً بالحياة الزوجية، بل سرمد في حركة هذا  
 الأحمر - أو عدمه - مشاكس اندجسه عن نظريته. هذا يؤثر على بقية وظائف  
 جرس بطرق معقدة.

جاءت آراء من أن كذب نفسي من عرض كذب لا يقوله هو  
 عيب. فقد كتب شعور، وهدق وارو، ولفكر بشكر سني ولا تجد عيبها  
 بالأساس. و تمكدها في الأحمر. وبغلبة روحه. كان أصعب هذه  
 الأمر هو عدم الاختيار بالجنس. وقد كان مستعياً بمصليها، لأنه كان يعتقد  
 بها لم تعد مهمة. فوجد أن صلبه غير يجعله لا يرغب في اندجسته بطول  
 هذه عريته.

وبعد. أكتب بصور محباً لم. فذكر عدد جرس. نشاط جرسه  
 الفرضي كل ما شئت. وقد كان حب. رجع نتائج تصوير هو وسيلة قوية  
 جرسه. بوقف بموصوفة. فوجدته لم تكن تهمله. به لا محبة. ولكن لأن  
 هذا نبيد. و غير من الجور. و كيب. بجه. و لولا كل هذا لم تكنه يمكن  
 صلاحه.

فما نشاط الأحمر صرنا جرساً من سطحات ما يستحق للأدوية  
 جرسه. ككسب. و لكن ليس احيد. و ترفض ثابوت هذه الأثرية. رأيي،  
 واحدة منهم. و ب. أني. أثرب بأجده. الإعلامية التي نشرت عام ١٩٩١  
 كتب في حديث الأحمر. و مراجع الأحمر. عن جرسه. Prozac وأنه قد  
 يسبب سوء كتاب إجتماعيه شدة. من به قبل. به قد يجمع ثقل أسد  
 وأعتقد أن هذه الإثارة كانت غير ممدرة. بالو. و جرسه. من أحداث مشاهير  
 كيو. يعالون. من لاكتئاب. داب. لرس. دي. يمكن شفاده. نفس. و بالادلو  
 جرسه. من الحصول على المساعدة التي يحتاجونها. و كيو. علاج. به اثره  
 خاصة لا ينبغي. يكون. به. من سحر به. فيها. حالات كثيرة يكون  
 إجتماعيه. فرب. كثر. من أسباب. كثير. و. كتب. شد. في. هذا. دليل  
 جرسه. دليل. لا شعور. من. بدو. لادلو. لادلو. لاكتئاب. قد يشعرون  
 بالأساس. أم. شعور. و. جرسه. و. لادلو. و. لادلو. يكون. جرسه.

هذه هي الطريقة التي يجب أن نتبعها في جميع الحالات، ولا ينبغي أن نسمح لأي شخص أن يتدخل في شؤوننا الداخلية، كما ينبغي أن نحرص على أن تكون جميع قراراتنا متوافقة مع مبادئنا الأساسية.

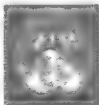
بعد هذه خمسة عشر ايام استوفى من تدوين الادوية بعد وحدث  
الحوادث في هذه الايام ثلث عشر كتيباً من ابي مستجد في عسل  
الدار من ابي مستجد خمسة من الاحكام والامر بوصف من يدويه لا  
يوجد من جميع الاحكام وحدث ابعثت في اوله حتى اثار من  
معدة مهمة من الاحكام بعض حالاته كبرجاء من تطلب امور من مستجد  
من تعالي عنه واستجد هذا اليوم

## 42

ويكفينا هذا حتى يظهر الإحساس في بطنه. هذا تحقيق كتاب (إلي) ر  
و. ج. في بعد ١٥ شهر من ولادته (أول) لأنه بعد هذا أسابيع من ولادة  
بعد غيبه مدة طويلة بشر عظيم. والاعصاب لا تحسني وموت  
في ذلك. ولأنه بعد ثلاثة أشهر تمت علاج نفسي ولكن دون جدوى  
حيث أنه كان يصرخ أنه لم تعد قادرة على رؤية عينيه وبعد أن فشلت  
في ذلك. كما جئته لأمته كما كانت تريد جئت إلي وبعد أن شخصت  
حالتهم من أنه كان يصرخ بصوت عالٍ Prozac وبدأت أرقا في جسد  
العلاج النفسي وبعد عدة أسابيع حدثت الأعراض وبعد مرور عدة شهور طليت  
بعض من ثيابي عن العلاج. وأنا لاجأ مستعجلا من Prozac  
بعد عدة أسابيع. أنا الآن بعد عدة شهور من هذا الحظر في  
بعض. وجمعت شهور بعد توقفها عن العلاج ولم يظهر شيء لي في فعل  
مع نفسي. ولكن بعد ذلك بدأت الأعراض تعود مرة أخرى

احمد خان صاحب فرمود کہ بعد از اینکہ ما اترانہ لاہور پہنچ لائیں گے اس وقت ہمیں یہاں سے  
سیر کرنا چاہیے۔ مگر وہاں کی حالت یہ ہے کہ ہمارے ہاتھوں میں تو کچھ نہیں ہے۔  
مگر یہاں کے لوگ تو بہت ہی شرمیلے ہیں۔ ان کے ہاتھوں میں تو کچھ نہیں ہے۔  
مگر یہاں کی حالت یہ ہے کہ ہمارے ہاتھوں میں تو کچھ نہیں ہے۔

وهذه بحده بوصف مقصده مهمه فمن خلال خبرتي وخبره عبرى من  
 أطباء نفسيين يستطيع ان يقوم بامر معي . فبعد مدة علاج من ان  
 يستقر عليه باليد ولكن هناك نوع مهمه من Prozac هناك حد من  
 يعود من اوله فلا بد من انهم به حين يقف العلاج حتى يؤتي ثماره فربما  
 كتب لدى شخص مكسب رغبه في الاستمرار في تناول دواء غيره كافيه وهي  
 هناك تقريظ في هذه بحده ، وبخلاف الفترة من شخص لآخر فمن قد يزيد من  
 اجتماعية عدم عوده الأعراض بعد إيقاف العلاج  
 مع (المرأة) التأثير بالاكثاب



منظر ثلاثي الأبعاد النشاط الجاذب الأسفل من الخ  
 لاحتار زيادة نشاط الجهد الشرقي (النجم)

## اضطراب الاكتئاب الهلعي

### ملاحظة

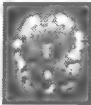
كما ان في ذلك واحتمل من عرفت عنه الودع سفسسي لحدث  
 يدعي فمن ذلك مشهور . كانت مريضة قد وادعها مستشفى نفسيا آخر  
 لشكورها الهلعي وبسببها بغير حيث تمت بحاله جميع الاملا  
 لشكورها من مولي . لانها كانت سمع صوتا عذرا من الحذر . بالإضافة  
 بعد ذلك بعد جموع كثيرة في اليوم وقد تعدت تحركه في أفكار كما  
 أصبحت مريضة مضطربة وقد شجعت انصت حديثا على بعد مضطربة  
 كتب شعبي وهو اضطراب موجي دوري واصل لها "thym" وهو نوع  
 نصاب منها بالإضافة . مع عدم وجود "ن" بحسب حالتها سيجب



سلطنت من خلال هياكلها، حيث تتركز على رباط في رباط  
سابقة و - ستمر على الأدوية الموصوفة به

أحيانا - أحد الصور - مع عدد كبير من الصور لاولاً، وذلك لكي  
أرى الفرق بين أحادته الذاتية في البيولوجية الج - وهي لزعم من دراسة  
جديدة على أخير في مع - (5) وضعت وجود حسن كثير عن ادراسه  
لأن - لا شيء لاحظت به صور - هناك نشاطاً في جزء من نفس المدسي  
المرتبطة (معرفة) ما تراه تشكو من بعض عوارض الترهش - وشبه عرفت  
سواء الذي - استخدام وجعلها تستخدم Depakote والذي يستخدمه أستاذ  
كروا - صور المتويات - ولكنه يستخدم أحد الاضطرابات لاكتئاب - انهجي  
وطيب - سيجد أن بعض عوارض الاضطراب أكثر - ليس هذا فقط، بل حتى  
يتم - عوارض - وبعد خمس سنوات - مرات - تناول جرعة صغيرة من  
Depakote لكي تعيش حياة طبيعية

مع (معرفة) "المعنى بالاضطراب النفسي"



منظر ثلاثي الأبعاد لمشاط الخ من أعلى لأفقر

لاحظ الاضطراب غير النظم غير المتشوه

ووجد حياة سارة - أحد مشاكل الإكلينيكية لدى الأشخاص الذين  
به دور من اضطراب الاكتئاب - يعني - وقد - اضطراب - قد - يستخدم  
معالج - ولكن المشكلة - مجرد - - حتى - شخص - شخص - أنه طبيعي  
معرفة أنه لا يبدو به - - يعني - أصلاً - قد - لاضطراب - ومن الصعب -  
يتم - شخص - لا - في - ما - - - - - -  
مشاكل - - - - - في - - - - -



حالات متكررة، وقد استلضمت من خلال استخدام دواء منع ن الفس من  
 دواء لاكتات سداسي حمضي وذلك من وضع هذا بشكل بياني انشائية  
 مع وجوب الاضطرار منهم وصورة حاجتها على هذه الحالة وهذه اعراضها  
 وقد كثر في شجيع المرضى على مشاركة في هذه المسألة كما سعدتني هذه  
 دراسات هي: علاج المرضى بوقوف من لوم انفسهم بسبب ما يعانونه من  
 ...

### أعراض ما قبل الطمث

تحدث في بعض السيدات خاصة بشهور التي تعش مثلاً وأصعباً وحسباً  
 أعراض ما قبل الطمث، وكانت هذه الأعراض بسبب مشكلة في الجهاز العصبي  
 الحسي وقد قُسمت إلى: أشهر سيز الأحيار: بإجراء مسح على سطح حديد من  
 صيد باللي يدمر من هذه الأعراض قبل الدورة الشهرية وحالات ضعف  
 قلب قبل وبعد سبوع منها. وذلك ما لاحظ فروق كبيرة بين هذه الشهور  
 بعدد سيز مرة بأنها بعدة خيل، يشون جهاز لطيف خيل حدث وإدارة  
 ما حيد قناتنا، مشعر بأنها من بداية الدورة الشهرية قبل جهاز لطيف  
 عميق مذهب عالما ما يكون مذهب

وقد رأيت بعض الأعراض ما قبل طمث عديداً من خلال دراسات  
 SPECT ركني من غير المعطى بمتجيب للعلاج مختلف المعطى الأول  
 يستمر في هذه المدة لشدة الجهاز لطيف معبر وهو ما يرتبط بتعبير  
 مريح، برة فاحركه شديدة في جسمه لايسر من جهاز لطيف عميق  
 ما قبل بصلحيت عصب ونور ذلك عواطف سببه ما انشاد براد في  
 لجان الأيسر بربط عاب بالحرر، والانسحاب خطي، والقر، وقنات  
 سامر ابيس، ونشاط براد في انجاب الأيسر ينش مشكلة كبيرة بالسمية  
 بالانحاص ليدق للدمع معهم برة وبه لايت تخرج عصب وحصيلها على  
 الآخرين، أما لنشاط انزاد في انجاب الأيسر فهو مشكلة رديئة، وأعراض  
 انجهاز لطيف عميق والتي سببه هذه الدورة عالما ما بمتجيب للعلاج  
 Lithium و الأدوية الباردة للشح من Depakote و gabapentio و  
 Carbamazepine Tegreto، و Lamicta (Lamotrigine) و

وهذه الأدوية تعمل على ضبط نشاط مزاجية ويهدئ ليقود الدخلى وعمل  
عصبية وحمل مرة ينحدر بدرجة أكثر في حده

ب. بعد أن في الدق لاحظته فهو زيادة نشاط الجهاز عرق عقيق مع  
زيادة نشاط خلايا الجهاز العنقوي والجهاز العنقوي كذا، معروف هو جزء من  
مع ربط عصبية الجوزل لاجلده، ولسه بالتي يعالين من هذا السطح عيب ما  
يشخص من زيادة الشعور بالحرق والظلمة وتكون الأفكار السلبية، وشكوى.  
وعدم النوم معروف، وهذا السطح زيادة ما يستجيب أكثر للأشوية التي تعزز  
وجوه Serotonin مع مثقل Zolofl و Paroxetine Paxl  
و Arozac داصر زيادة الجهاز العنقوي في نقص داصر وصفب الجهاز  
العنقوي

### قائمة الجهاز الطرفي للعقيق

أ. جو ر مع هذه قائمة من مستويات وحدد درجات و درج  
شخص يدق هذه بتقييمه في كل مستوى من مستويات زيادة في شدة  
محمدة مع در في وضع حده شامس بجوار العنصر و كذا درجات  
حسب عرق و أكثر هي من (٣ ٤) درجات في هذا يشير و زيادة حدة  
وجوه مثاقلا : الجهاز عرق عقيق

١. حده

٢. حده

٣. حده

٤. حده

٥. حده

٦. حده

٧. حده

٨. حده

٩. حده

١٠. حده

١١. حده

- ٧ الشعور باليأس من المستقبل
- ٨ الشعور بالجزر وفيه لحيلة
- ٩ الشعور بالنس وعدم لزوم
- ١٠ الشعور بالنس شديد
- ١١ مشاعر سحرية
- ١٢ انسداد
- ١٣ انخفاض الاهتمام بالشئ، كانت عذلاً ما يعبر مصر شتاء
- ١٤ حدوث تغيرات في النوم، بالكثرة أو قلّة (شديدة)
- ١٥ حدوث تغيرات في الشهية (بشدة أو قلّة شديدة)
- ١٦ انخفاض مستوى تقدير الذات
- ١٧ انخفاض الاهتمام بالجنس
- ١٨ انخفاض مستوى الروح وروح والعطش
- ١٩ سحر
- ٢٠ صعب تركيز

## تعزيز أتمط التفكير الإيجابي وتقوية الروابط: وصفات الجهار الطرفي العميق

في النهاية يجب الأخذ بركود التفكير على كوكب هو حي وشديد  
وصحيح ودهر وجمعين ولكن به سمعة طيبة ومميز وجدير بالشكر  
فكنا في فصل ثالث - جهر - عزى اسمين يقوم بمعالجة حسه لشم  
دنيا ويحسن تكريرات بعمقة بمعطته كذا يؤثر على ذوات اشبهه  
واسوم ولقاء ايجابية و علاقات بالآخرين لمعالجة مشاكل جهاز اعزى  
لعميق فالتد من تركيز على عدد من الوصف استشر مستهل، وإدارة  
سليمه تكرير - و ربط من برامج ايجابية والحالات ايجابية وده  
علاقات بعمقه مع الآخرين وعلوم اوصفت شية التي تهدف معالجة  
مشاكل الجهر عزى اسمين على خبرتي الاكاديمية مع ارضى بالإضافة  
لمعرف عامة عن كيفية عمل لمح والجسم

### الوصفة للطرفية الأولى

#### أقل لنمل

بعضه بعمقه مدسة له صيعة و بكنة بعد بشكل كبير على نوعية  
تفكيره فبعض يريد بشط الجهر - عزى تكرر نظرة لاثور سيبه و شخص  
عظيم تدعى عليه الأفكار شطة بوحده تلو الأخرى وسبب ينمر له في  
بشعر بده و - بمر لمحصير بشعر بعم ربط - ب نظره مستعملين فهي نظرة  
فلي وشده فحصة في يدرون من خلاصه إلى أصغرهم والآخرين والعام من  
حولهم وقد ب يكون سبة فسمه فهم يدرون من "الأفكار سلبية ليدانية"  
وهو ب يسار ب بالاجبرية automatic negative thoughts  
وبحصر AHT وهذه الأفكار هي عبارة عن أفكار بعب غيب لتتأزم  
ولكتابة ولشكوى. وبني من سفا عصب

وهو لا يشر على يمين ر سميه بالأفكار اسميه سميه اشعر  
 بالافتاء وشارف ومثال هذه الأفكار و يعبى شخص ، أعراف يمي من  
 جمع في اصغر ثلاثة وهو النوع من استنبط يودي و ما يمين و سميه  
 بالحقائق بداني لمعونة فاذي يقع بقية ما له لن يجمع (بوجه) عات لن يدر  
 جند رباتي لن يجمع ريس سميت في تحين سمويه هو السمويه ، لها  
 شخص ، ثم الاقليات لا يتوقع حدوث بحير بدأ وذك لا يحول جهدا  
 و يجمع يحدث والأتم لاجم من قد التفتير حواماري قد يجعلك تصرف  
 بشك بعد الاخير عت. وما يره من عزلك وعسى جندب لآخر نجد أن  
 اوقف و شكير لا يجرى جعلت شبح إعتاب يارف من حيث ما يمين  
 انصاف لآخرين بك. كما أن هـ التفتير يسمي عى أن تكون أكثر فعليه و  
 حيدت قد يجرى في عتق صور انهم يمين و يحد به ، كان سوكال  
 سيكون صار ثم بانعاث

بذلك بقية الأفكار سميه قديمة (نظيره).

- بك لا يصب إلى بدأ
- من محاك في حقيقة أراح هـ انعم لا يعني شيد
- بك لا حبي
- هـ موفف و بالحسن، عوف و شيد سبها سوي يحدث
- إنعر كذب لا يمانى بي
- كـ عى أن أكون العفر من ذلك انفر فاشر
- أنى بعير
- لقد سخرت لك لا تباني بذلك
- لحداً خمدون

و بعد جـ جبا انصوفي سميه يتعلك معالجة مصط استنبط لحظة  
 سميه و يبر هـ بالأسف مثال سميه تعم فيه و تفر ملك في أنكرت و  
 معارض لفهم انفي تجوي هـ سم وذك على مرفق من أن أنكرت سم ما  
 جـ سم سمعه سم لا يتركون حمية الأفكار وسم يرفقون سميه مصط  
 سم ر سمعه هـ سموف و قد تفره من فخرت ترسم إثرت كهرلية

غير لينة ولا تشد لها حبالها من جهة محسوسة. فهي تؤثر تأثير كبير على كل شيء من خلال جسمها فعمد يعد مع الأفكار السلبية، فإن هذا من شأنه أن يؤثر على جهازنا العقلي لتغيير ويؤدي إلى حدوث مشاكل ترتبط به النفسية. استقبل لورنس لاكتيب (١٩٠٤) ولكن تشعر بنفسه، فلا بد أن تعلم كيف تتحكم في أفكارك وتوجيهها بشكل إيجابي  
 وبحث مايك تشوكير تفريجي والتي أسطمتها في علاجي النفسي  
 مع المرضى من يعانون من مشاكل في الجهاز الهضمي

### الخطوة الأولى

«تدع بل أفكارك حقيقية

- تلك أفكار
- ويجب يقرر مود كيموبه
- هناك مخزون كبير مني بحري في حج
- تلك تشعر به أكثر فيه

الأفكار حبيبة ولها تأثير حقيقي على مشاعرك وسوكراتك

### الخطوة الثانية

لاحظ تأثير الأفكار السلبية على جسمك

مع كل مرة فكر فيها بشئ عاصب أو قاسر أو خزي أو غريب  
 يمر الجسم مود كيميائية تجعل الجسم باحساسات جسمية سيئة وتنتج  
 عنها الصراخ العميق، فكر في كل مرة كنت فيها عاصب كيف كنت تبدو  
 «جسمك؟ معظم الناس عندما يفكرون بأمور عصبانية أو غريب عن - فلوهم  
 «عصبيت يديهم عادة - ثم قد شعروا بآلام في البطن أو فاجم إدار. يمدان مع كل  
 فكر سلبية يفكر بها

إذا كنت تريد خروج من المعهد لتومي لمصلحة العقلية هذه حصرية في  
 طريقة رائعة بوظائف مع وقد قد يدرسه بشكل جيد عشر سيدات  
 طوبى - لقد ثلاث طرق مختلفة عند تفكيره في ذلك شعرا - وهذا  
 معادة وأفكار حرة في ذلك - الأفكار سعيقة كذا الجهاز الهضمي لتغير هذا

هذه الأجزاء المحركة بعد ذلك في زيادة كبيرة في نشاطها أثناء النوم، وهو من مظاهر تأثير الأفكار على الجسم.

### الخطوة الثالثة

لاحظ تأثير الأفكار الإيجابية على جسمك

مع كل مرة عثر فيها في فكرة جيدة وسارة أو سعيدة على لسان فنان محب للحزن، مودع فيمنه، حبب الحزن بأحاديثه، حبه في حبسك، كما يجدت بصيرته على عيني، بدت آخر مرة فخرت فيها في فكرة سارة وسارة، هي الأحاسيس التي جسمه من شعرك، في معظم الناس جسم يكونون أحياناً يربطون جسمهم وتكون أحاسيسهم بطيئة، وأيديهم جافة وتفسهم حيناً للجسم إذن يتعلم مع كل فكرة يحميه.

### الخطوة الرابعة

لاحظ تفاعل جسمك مع كل فكرة

معروف من أجهزة كشف الخشب، وحديث كشف الكذب أن الجسم يتغير مع كل فكرة، فمثلاً هذه الاختبارات يتم تثبيت شخص في أجهزة حيز رجاء حيز به أربعة مصابيح قلب وضغط الدم وضغط النفس، ولون المصباح، وكثافة عرق يمين.

وقد وجدوا بعض نتائج مثلاً مثل من يربط تلك الأجهزة في شخص له عرق يمين، فمثلاً ما يظهر على جسمه استجابة تشير إلى شعور له شخص ضغط حيث بدأ وسرعان بعد قلبه، ويرفع ضغطه، ويزيد معدل تنفسه، وتتوتر عضلاته وتغرق بداه.

وهذه الاستجابات تحدث في حيز عدم سواء كان شيئاً أم لا، فكل من يحب عرق يمين هذا استجابته من درجة حاسنة عاطفية إلى حاسنة، لديه تثبت في اللون أو الاسترخاء، وعكس صحيح، فمثلاً يمكن للشخص أن يرى صديقه، فيظهر على جسمه الاسترخاء، فيصبح يده دافئة ويكون حاسنة قلبه يمين، يمكن ضغط يده ويكون يمين وأصابعه وتسترخي جسمه - يصبح يمين أكثر جفافاً.

وهذه الاستجابات تحدث بعد في بعض ولا يحدث عند البعض  
بعض من أن يكون الحقيقة جسمك يتفاعل مع فكر أفكارك سواء عن النفس،  
أو الأصدقاء، أو الأسرة أو أي شيء آخر

### الخطوة الخامسة

نظر بفكر لسيئة على أنها تلوث

بلافتك قوة هذه فإن أن جعلت قشعر يراوحة عقيدة وحسنة أو انعكس  
نظر حسنة و جسمك متأثر بكل فكرة من أفكارك وهذا هو السبب في ظهور  
مرض من هذه هي الذين يشعرون بمرحاض عامي ذلك كالصباح ولأم بعد  
ويجسد بعض الأطباء أن الأشخاص الذين لديهم الكثير من الأفكار السلبية مزيج  
حتملا - صديقه - مرطوب - في ذلك - يعتقدون - ب نظرك في فكر يحرية  
هذه شعر متحضر

والهنا السمة هي عندما تلوث جسمك فكل أن الصوت في (نفس  
محله) يؤثر على أي شخص يخرج في الشارع فكل الأفكار السلبية تلوث  
الجسم انصري لذلك كذا تلوث عقلك وجسمك

### الخطوة السادسة

صع في نفسك أن الأفكار الثلاثة لا تعول الحقيقة - ثمة

عشره التي لا تفكر فيها قدوة تعانيه وهي تحدث من ثلاثة منهم  
ونش هذا لا يعني أن تكون بالضرورة صحيحة فالفكر - لا تقوى دائماً الحقيقة  
فكده من إيمان حيدر تكذب شديد وكنت قد عجب طام جديداً كذا يعتقد  
أنه عني لأنه يرسب في الأسجلات، ولكن عندما قست درجة دكته، وجدنا أنه  
قرب - أن يكون غير - ولهذا ليس بالضرورة أن تصدق كل ما يحول بهفك  
ومر انصبي أن عاقل أفكارك يعرف ما إذا كنت ستفيد أم ستضر - ولكنك  
بما قد يصح أفكارك فقد جعلت ستفهم كما لم تفسد صحيفه

### الخطوة السابعة

بعض أفكارك السلبية الثلاثة



يعتقد في هذه الأفكار على أنها تكون جديدة ومختلفة أو أن بعضها  
سوية ومترجمة. فمجرد أن تأتي فكرة يعتقد أن هذا هو نفس الشيء  
يعني يشعر برهنة أو أكثر بشكل طبيعي وتغير بخلافه فلازم أنه يعود  
بأن يعتقد أن تقدم كيف تغير الفكر وبذلك تغير هذا الفكر  
وعز بين الطرق التي يتبعها من خلال تغيير أفكاره في نفسه. وفي  
هذه الحالة يكون عملية ومعارضها كذا موضح بأن بعد ذلك ما عدا ذلك فكرة  
سوية دور في تعارضها، فإن عقلك سيصدقها وحينئذ سوف يتغير معها لكن  
عندما يتغير الأفكار الجديدة، فإنه سيتغير من تأثيره الجديد

## المحاضرة الثامنة

### مخلص من الأفكار السلبية التلقائية

نأخذ في الأفكار سلبية أخرى نعرف عقلك كالعمل الذي يصيبك في فهمك  
الحبيب. فمجرد سببه مثل اسمه في سورة لا مثل شخص كثيره وأفكار  
سلبية. أو ثلاث مثل بعض أو ثلاث سبب إرجاعا أكثر وأكثر والعشرون  
فكر. سوية مثل عشر وعشرون سنة في سورة. بعد يومينك ثم أنت  
وآخر فمتر شعرت به. الأفكار السلبية التلقائية أو لتعمل عليك.  
لذلكها ولا دورك ملاحظتك والتدبرك ذلك وفكرك شخصية ومن بين طرق  
سبب هذه الأفكار من سببها ومعارضها فمقاومة وحدها نفس فكره وتلا  
وحي لا ينصب في ذلك هذه الأفكار ثم رة عليها بوجبة منطقية مثل  
بما لا يصح لي لأن لانه شعور بشي، ما. إذ إنه دائما ما يصعب في  
تعددها يكتب فكرة اسلوبه حيث تعتقد قوته وتباعد بعضه على أن شعور  
بوجه يكون بعد علم يجدون صعوبة في معارضة أنك قد لأنهم يشعرون  
بهم يكذبون على أنفسهم وهذا يعني أنهم ينظرون في هذا الأفكار على أنها  
حقيقة ولكن سكر في الاعتقاد لا يتطابق حقا هكذا وأدب عيب أن تتأكد  
بها فمن أن تصديقها

وبعد مع نرى كيف الأفكار على بحيث نحن نعرف يبدو أنها  
في سبب في الحقيقة نرى في الطرق لتسعه على أنها سوية بحيثية من  
تتغير معنى استلزامي. ومنى عرفنا قوة التفكير السبي. يمكنك هذا من أن

بعضی از این مکتوبات را که شرکت به بعضی غم داشتند، عبارت از بعضی از آنها  
 به صورت پیشتر گفته شد، که این مکتوبات از بعضی از آنها عبارتند:

السرقة لا يجر تغليبها على بطلانها. وحدث هذا عند تغلبه على ما  
حدثت سوف يقرر نفسه ريباً. إذ لا بد أن يخص به ما يريد منه شيئاً  
كذلك. وحينئذ سرقة عصبه. إذ لا يجوز أن يكون عصبه. إذ لا بد  
منه في شيء واحد هو أنها في الحقيقة لا يصحح فيها إلا شيئاً واحد  
عشر. سلبه. وبه. سمعت من بعد في وصل. كما أنها سمعت جهاد  
به في الكتاب من يخص معنى البشر أو عدمه. ثم لا بد ولا  
أحد. الجميع. وكل واحد. وكل شيء عادة لا تكون غير صحيحة. وأيضاً مثلاً  
مفكر مني تخالفني سمعت فيه كذا. مثلاً. مثلاً أو مثلاً. ثم

Copyright © 2004 John Wiley & Sons, Ltd.

1. *Journal of the American Medical Association*, 1997; 277: 1039-1043.

1.  $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} = \frac{1}{4}$

ب. تهریب مع قتل مرآ احمد قریب]

وَأَلْفَيْهِ لَا يَخْفَى لِي غَتَابٌ وَلَا مَخْفَى

وهذا النوع من التفكير شائع جداً. وجدت نفس مفكر في هذا  
نصائح مهمة وتذكر الأشياء وإدراك على تعريض مع هذا التفكير

[illegible]

ويعتبر بحياة من هرق العديد من يعلم مرتب مهما جدا من كتاب  
 في الكتاب ، ويعبر بورج في هذا كتاب مذهب بورج ، تذهب مع  
 سئلته بعد موت واحد رجل اسير ، وقلبي انهم من انها فطنته 'أف' ، إلا أنها  
 استطاعت ان تصعد العديد من الأشخاص ، سيظهر من خلال توقعه وليس  
 مع حزنه هؤلاء الأشخاص على "عنة مصورة" أي بحث عن الأشياء التي  
 بعضها شعور بالسعادة في أي موقف ، وشر ولد ، قد خلف هذه شعب بعد أن  
 معك في "حياة" في ٩ . وقد ما نرجع في "قناة" لديه ، ولكن لم يكن لدى  
 لديها ما يكفي من باب لشراء لديه بها ، فما كان من وانها فلا من بحث بخص  
 و سئلته "لدينية" التي كان يعمى بها بخص منهم و يبحثو بدينية مستعملة ،  
 بينهم بعض من روح من المتكاثرة بطريق خطأ ، في كل منهم إلا أن تصدأ  
 دما هناك في المتكاثرين يمكن أن يجعلنا مشعر بالسعادة ، وبعد ذلك قرروا أن  
 خروج سعدة ، لأنه يعمى عليهم ما بخصطه لاستخدمها وقد أدت هذه بعض  
 سيبيعه إلى تغير موقفه ، وحيث العديد من الأشخاص في الكتاب من في بوب  
 في على حد كتاب روح ، غير فليس في "التي" "بولينا" في سيدة كان هذا  
 نرجس ، ما ما يفكر نفس بالمال والمنة ، وفي منطوقه حزينا ، فما كان من  
 و بوب ، إلا في نكرته حد نرجس بأن سدين دعا ، في بحث في سعدة في  
 بوب ، شيوة ، والمخبر فقد عني سعدة في أي موقف يجعل لوب ، شعر  
 بخصهم سعدة ، ولكن من خلال عية سعدة من خلال بحث عن  
 بخصيت سدة بسخنة هذا على أن شعر بخصهم بخصيه رسمي لا بعبو  
 حب إلى النظر بعالم من خلال نظارات وردية ، وقد دعوت لأن تسعى حادة  
 يبحث عن الإجابات لأفهم مرقد من نقول ، وتؤد نام طال نظرت به  
 من منظور سبي

انصرعه شأنه ، من أحسن السبق ، مستعين في حدث في عمود تتوقع  
 من توجه ممكنة في موقف ما ، فمثلا مع في تذهب روجب في من مهم تتوقع  
 في من بوب بعد سعدة ، ويجرد في سبي هذه المتكررة مذهب سشعر باعمر  
 سعدة من لأشهر سسمية لندنية ، واسمو باسمين هي ملك عمود بوليف شيث  
 سيد ، فوب بوليف في سعدة في حيوت ، فمثلا ، في كيت نقول سبوت على





حاجة من فرد وير استطيع أبدا . تعرف بشكر كاس ادوب بصرف  
 شخص متقنود من مصدر سوطوب لآخرين بشكل تحصى  
 لطيفة تاسعة أكثر انواع العمل سمية . ٢٠٠٠ ليوه وهو من صدر  
 لا . عصف لثقي بلانده مشككة في حيواته على شيء و شعور فربك بعد  
 يكون صحبة سيبه سفيوف . فهد اب عاك تصعب من فربك رأى شيء من  
 لانه تمييز لوف وكثير و تدمر علاقات . فان أحد اخرين يلقي بهلانه  
 على لانه عصف سوا . آمور وهو يك يحسن نفسه مقدر سويك من سمولية  
 عن مثلك . ٢٠٠٠ انه حيث سوا . امير ؟ لفرل أو جعل يعترف . يبحث  
 من شخص يلقي عليه بالالعة . وهذا يعترف بشكلك . ونداب ما تسمع منه  
 سب . ٢٠٠٠

١٠٠٠ بكر خطئي .

١٠٠٠ كان هذا ليحدث لو انك .

١٠٠٠ وظيف شك سرف .

١٠٠٠ سب . ٢٠٠٠

١٠٠٠ فكره لاسيه في لعب . ٢٠٠٠ يوم وديك كدائي . ٢٠٠٠ انا بصرف  
 ١٠٠٠ محتف لا . ٢٠٠٠ فربك في لشككة لي عصف مقدر . ٢٠٠٠ ست السقف  
 ولا سفيره لي عن هذا .

١٠٠٠ وحسد يلقي بلانده مشاكلك على الآخرين . ٢٠٠٠ فربك . ٢٠٠٠ بجمك عجيلا عن  
 سفير ي شيء . وبعية . ٢٠٠٠ يوم . ٢٠٠٠ نشر يحسن لقوة بلحسية خيب ولانك  
 عصف . ٢٠٠٠ سب . ٢٠٠٠ فكر اسوم . ٢٠٠٠ يحسن مسئولية مشاكلك . ٢٠٠٠ وحارب سفيره

### ملخص لايوع لافكر فضلية شلفانية

- ١ [مفكر (سب مفكر) امفكر يستخدم كدات من سب
- ٢ وسب . لا أحد . وجميع وكل مرة . وكش شيء
- ٣ امفكر من لاسيبت . رؤية الأشياء السلبية تقع في لوف
- ٤ سب . سب . ٢٠٠٠ [توقع أسوأ الاحتمالات لوف
- ٥ [مفكر لثقي . لا عصف . ٢٠٠٠ تعرف ما يفكر به الآخر . ٢٠٠٠ أن يحرب

٥. لا تتذكر مشاعرنا. الصديق الشهير اسيوية دون اتحلف بها
٦. [تدوين المصنف] استخير باستخدام كلمات مثل "حبيب" و"سعي" وبقياتها
٧. [مضيف] بأن تصف نفسك أو غيرك بصيغة ملابيا
٨. نصر لانور من منظور شخصي من خلال صبي واحد "بصفتي" نحبيب
٩. [إثاء للوم] إثناء لاسه مشكلت على لاجرين

### لو صفة لثنية للجهاز الطرفي العصبي

#### قتل النمل "لأفكار اسيوية الثنائية، غدا نكل النمل"

لكرت ان عييت و نصر جهور جولي والافكار اسيوية معدية في  
 ركب و في تخرج منها فها قد نصر الجسم كله وبذلك يجب أن تصحو  
 ليس الأفكار اسيوية" معي احسنه ولا امر عي علاقك وسنك وحيات  
 ٩. واعلم ولا بلا حكمة الافكار قد استطعت ان تعرف حظه وقوفه  
 وحججه فرب يجب تصعبا من تأثير عييت. وعكزه عسيه ان يرت دون  
 ندره يصعبا معي ويصعبا معي جسم

والافكار عسيه عي منطقيه وبذلك ندره تخرج من الأفكار ندره  
 بعصمه عي سبوي كعي سمرا ندره من حكمة أن سمن نفس  
 يوم وسنك تعود عسيه ندره من حيات ندره من ندره هذه الأصط  
 ندره عسيه ندره عي ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره

وحيات ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره  
 مثل هذه الأفكار البديهيه انقي سقوت مع نواب عيره لاند و ندره  
 ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره  
 عي ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره  
 حقيعي، وأن تكون وعي لأفك ندره وأن ندره إليها من سطر ندره وأفكر  
 عسيه في ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره  
 ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره ندره

معروف بأفكار حقيقية ودخائل غير حقيقية، يجب أن تتخلى منها. فلا  
نصدق كل ما نسمع حتى في بعض

وقائ. ف إنك مرضي غير محكم لأفكار اسلبية سيئه عن هي كثيره  
ام صفيه سئافه أم سره. ولكي تحافظ على سلامة الجهد انصري صديق  
سيف أن يحكم في أفكارك لسيئه.

عند شعور بالأفكار سيئه تدحر غلب وترب نفسك على العرف  
صيه وتؤيد. لأنه عندما نرى هذه الأفكار ونعارضه. أنت بذلك تضعها في  
قوة وسعيه. ثم تحكم في حالات الرجعية في من الأفكار السلبية  
من خلال قننيه أكثر لنيل المعنوي





سمعه مريم (هل من قد قرأ اسم هذه شعره قلوبنا و اسرارنا)  
والاكتئاب، و لا حق انصبي

وجدت أمته لفرق قل هذه الأفكار السلبية

العقيدة السلبية نوعي  
إن لا تصد لي أبداً فكيف نأخذ/مطلقاً

كيفية قتلها  
شعر يوحنا حين لا  
نصب في ونكس  
هرف أنت شمعك في  
من غير وسوف نلصق  
لي في مستحيل

نمى لا 'هرف ذلك  
ربما يكون قد قضى يوم  
عصيدة فاسير في  
أسيرة بشر

أعصر كذا جهرا في ثيو يستحيل  
لا حرف بعد فربما  
عجوز بكسفي

حد من شيء لا  
نسم بالكاء ونكسفي  
بعد عبيد

نك سنو من هذه بقا اليوم  
شكر ابرح  
دور

حدث في حدث من يرمي بمشاعر وأفكار







## توصفة الرخصة للجهاز الطرفي العميق

فم بحماية طفلك من خلال الارتباط للطرفي

في سنة ١٩٩٠ في The Journal of the American Association عام ٩٩٠ ثبت حثوث مبشر بنمط وغيره من الرضاعة في حضانة (مستشفيات) أن عواطفين مبرر يشعرون بالحب والارتباط بوالديهم قد يحسن نسبة حدوث انحنى من طرق غير مشروعة كما يقر عدد لأدمن بالعد والانتحار بينهم والارتباط بين الطفل ووالديه أمر مهم جداً لتكوين شخصية أفضل في العوم الأخرى التي يعتمد أن بها صحة بـسوكيت مثل عدم في موز تحت كيف أحد الوالدين دون الآخر، أو قضاء وقت أقل معهم. وقد انتهت الدراسة في بـروحة لا مبالاة والارتباط بطرق التي يشعر بها الطفل بحد وبهية وفترسية هو اندس الأسس في تحديد ما إذا كان الطفل سيصبح بشارة حسني ظهور. ويقع تحت صفة لأدمن وحب أو بسوكيت لا مبالاة.

قد شرب دراسة نشرت في USA Today في واحد استبيبات أن الوالدين يحصلون في المتوسط ما يقل عن سبع دقائق أسبوعي في حديث مع صلابهم ومن الصعوبة يمكن أن ترتبط ارتباطاً طرقياً. ويقوم علاقة في هذا إلى غير فاضل يحتاج من وقت طويل مع وبهية فكر في لأوقات التي في صلابهم الذي يتضمن تحت وقتاً يحسن من كيف تظهر حينها بذلك تعال. وهذا سبب مهم إر حاضراً.

سكنو بعض آباء والأمهات من أن تلك هم مشغولون جداً و أنهم لا يمكن قضاء لأوقات معهم إلا حديثاً من الصباح الآباء من ينقصون حتى سلكهم ويكنون الحسنة عليهم فيخبرونه أنهم يعتقدون أنهم مبدون. منهم يحتاجه أيضاً بعض زوجات معصم ولا ثلث طريقة قضاء من وقت مع الطفل في دور خبري في دمجهم من الوقت ثلثاً قضيت من الوقت بخاصة المنزل و مستحسنة. لكن يشعر أي صلبه بضعفه وسوء ببحث قل سكب من حزن. فحسب تكرارها في استبيبات.

وذلك مفهوماً في الكثير كثير على قاصديهم جوده الوقت ابدى مضمونه مع  
صعب وهو سريره يسكن وقت خضر وهذا سريره سيعمل على تحسين  
هو علاقتك مع صف خلال هذه وجيرة سعيدة وليك إرشادات هذا  
تسريب

فصل ٢ : حقيقة يوم مع طمعت نفس خلالها في شيء يحبه من  
لحم ان تعذب من طمعت نظريته بحسنه وتكون شيئ مثل الشعر  
ان لم تعذب وقت ؟ قد يمر في بعض في شيئ عيبا عيبا يدبني  
وقت عصب مع بعض في يوم ودا تريد ان نفس خلال هذا  
وقت ؟ ومن هم ان تعذب ان جودك من هذا وقت هو تكريم  
نفس طريفة بعلاقة مع صف عيب هذا الوقت إيجابيا فهو  
فإنك

١ : لو وقت بعض لا يعني ان يكون هناك أوامر أو أسئلة أو  
توجيهات وقت من بعد ذلك ان من هذا وقت هو بناء العلاقة  
بجهد صعب لتدرك أسئلة هذا كيف طمعت مثلا بعد ربا  
بعض بعد فتمكث ان بعد الكثير سبوكه من نقود به شيئا  
مثل كرى أنك قد غيبت قوانين اللعبة، وسوف لعب من خلال  
لوبيس - مذكر في الهدف من هذا الوقت هو بناء لعلاقة بينك  
بعض وليس بعيدا به طبع به حدث وعشر لاس مرة حزن  
من مهم ان تصالح الأمر بشكل مباشر

٢ : لاحظ غير سر بشأن من سبوكه الايديوه الملاحظة لطيف أكثر  
وعية في تشكيل السلوك من علاقة بين  
٣ : سمع كثير من تتكلم

بعض من : مرة، صديو يشكو من ابتلاء ابيه من اعبره شهر دا  
م تكن ترغب في عمل اي شيء معه عند عودته بمشرب وقت لي يبه اعتك  
لبيته الأولى ان هذا بالكثير يد يكون حد شيئا بحسنه بعلاقة الام وبهنت  
ب هذا مرحلة دمو صعبير به و ذلك وقت أخرته به ديد يكون لاه  
د اخر عصي به ذهب فعليا سمع من جفمن هو بعد ذلك فصول يكون



طريق العلاقة لتعميقها وهذا هو شمه أن يشترك بالقوة ويؤدي إلى  
تحسين العلاقة في الحال

٢ لا تتعاضد مع العلاقة على أنها أمر مسلم به ومن ثم لا توليها  
عندما تفتي شكوك العلاقة خاصة عندما يكون فيها شكوك ، ثم  
وإنما تعضي هناك حيث نوضح في حين الأوقات سواء من ناحية  
الوقت والاهتمام والتركيز على تربية في العلاقة أمر لا بد منه  
لتحقيق هذا الشيء على تربية

٣ احم نفسك من أن تكون الأكيدة لأصناف العلاقات أن تجد من  
قصر الشخص الآخر أن تسحب به وذلك حيث أن تعمي  
علاقتك من خلال مدح وتعتبر الآخر

٤ فربما أحسن شيء يتعلق الأمر بالواقع و هو أن يكون  
أصله وحسبها على الشخص الآخر وهذا سوف يحسن سلوكه  
بحيث يصبح أكثر إيجابية

٥ ثم دائماً بالجديد في العلاقة العلاقة حيث نرس ويصبح عملة تكون  
عرضة للاستهزاء وذلك حيث أن نرى الأمور الجديدة وتبحث عن  
طرق جديدة وبخلافه لإنهاء حياة على العلاقة

٦ حظ جيد من السهل جداً أن نلاحظ ونركز على ما لا تحبه في  
العلاقة فهذا يمكن أن تكون طبيعة بشوية وذلك يجد المرء صعوبة في  
يرتد على ما يحب وعندما نقضي وقت طويلاً في ملاحظة الأوجه  
الإيجابية في العلاقة فإن هذا سيؤدي في حد ذاته إلى زيادة سلوك  
الإيجابي

٧ أصبح ما نريد من تدعيم أن معظم الخلافات بين الناس تنشأ  
شكراً من شكل سوء الفهم الآخرين وذلك عندما  
نحسب ما يكون آخر شيء ولا نتصرف وفقاً لذلك

٨ فربما الآخرين والذين هم أولاً في تصور ثم شكل سخر  
حادث على تلكه واحصوا أفضل الكثير من العلاقات بسبب حديث  
شرح كثير في أثناء وأولاً ما نحب يخرج بسيطاً لأن ولكنه



يدركه يجرع كغيره في انهضي بجعنا لا سجد اجرح بحالي بحججه  
حقيقي. ويمجرد أن يحدث صدع في الثقة عليك أن تحاول فهم  
ألمه

٩. بعدد مع الأمر بصفيه. عندك يترك شخص لآخر لكي يتجنب  
خلاف معه. فإنه يدرك بعض قوته فيما تكبر هذا عند  
شخص كثير من قوته يبدأ في شعور بالاسقيا، من العلاقة وهكذا  
جد . تجنب الصراع على الذي للزيت يودي إلى عوف وخيمة  
على مدى المهد. وسدك عليك أن تتسك بما تؤمن بصحته بشكل  
ثابت ولكن دون حدة أو قسوة. وهذا من شأنه أن يحافظ على  
ثوب العلاقة

١٠. حسمو وقت لبعضكم في ظل هذه حياة سوت بالامر شي شعور  
مرا يصبح لولب هو كثر شي. تعاني منه علاقتنا بعدد ولكني  
نفس العلاقة يحتاج إلى وقت حقيقي والآخر في بينها أطفال  
وبعض فيها لأب ولأب عاباً . يحدث تباعد تدريجي بين  
مروحين لانهما لا يقضيان وقت كافي مع بعضهما. أما ما قصها  
وقت مع بعضهما فإنهم يدركون كم يحب كل منهما الآخر. وعندما  
ننظر إلى علاقتنا انهم على أنها استثمار للوقت. فمن هذا الاستثمار  
سيومي ثمره على مدى الأعوام القادمة

### الوصفة للستمسة للجهل لطرفي العميق

#### إنراك أهمية الاتصال البدني

لا يترك بعض لطرفي بالارتباط عاطفي بحسن. بل يمس بالارتباط  
جسدي. فغالباً من الذي هو لأمه من أجل صحة جيدة وقد يدعني بعض  
منهم أن هناك زوج يقضون عشرة عوم أو ما يزيد دون أن يتلامسوا، وأنه  
بذلك هؤلاء الأشخاص ووجدت أن لديهم مشاكل تتعلق بالجهاز الحركي مثل  
حصية. لاكتئاب. ومن شخص آخر من الاكتئاب لديهم لا يعد أن ساعدتهم  
منه يصبح سبب عدم التماس

والاتصال اليدوي أليف عنصر مهم في عملية الارتباط بين الرضيع والذئبة  
والعصفور واختيرت وتكثرت بحفيته وانصب العيون من قبل لآب ولأم تجمع  
برضيع السعادة والحب والشفقة والألم وهي شوا ضرورية لكي يكون لديه  
جهاز طرفي سليم وصحيح وبعد ذلك يمكن أن تنشأ تربية أو الاتصال بين  
الوالدين والرضيع ودونما حب وعطف لن يكون لدى الصبي جهاز طرفي سليم،  
من يجعله لا يشي أحد و يتصل به، وتراه يشعر بالوحدة، وهذه الأدب والرضيع  
تتصل ويتبني

بل إن للتألم ضروري للعبة نفسها فهي إحدى الجارب الهمجية في  
عمر اثنا عشر رُ د إمراطور أناسيا (ميردوك بلاتي) أن يعرف اللغة التي  
سيكلم بها الأطفال إننا نشأوا دون أن نسمو أي كلمة فأخذ عدد من الرضع  
من مناهم وعظائم لاتخاذهم لديهم وأمر صديقة بأن يعطوهم، ولكن دون  
أن يسموهم ويعصموهم و يتحدث معهم ولو يتكلم الرضع بكلمة واحد  
فمن أن يستطيعوا كلام وعلى الرغم من فشل بحرية سعة لا نهد كشف  
أنهم مهمل لا وهو أن التألم من ضروري للحياة وقد كتب رسالتيين حد  
المؤرخين في سنة ١٩٤٨م هذه بحرية عام ١٩٤٨ قتلًا "عدم أن يستطيعوا  
الحياة دون ملائمة" وهذه النتيجة دلت عليها تجارب كثيرة وأحدثها في  
رومانيا في أولي السبعينيات حيث عشر آلاف من الرضع من مائة ألف  
وصفت "حياتاً ن حواء وقد وصفت دروسات PET (وهي تشبه دراسات  
SPECT)، التي أجريت على بعض هؤلاء الأطفال وجود أجدد واضح في  
حركه جميع أجزاء الج

ولا تبط طوي تشبه لأمهات الرضيع غير المستجيب بغيره قد يتلقى  
دون قصد قدر قليل من الحب من والديه والآب يبدون فهم سلوكه الذي  
يقسم بالتحفظ المتبعي فيشعرون بالآلم والرفض، وبالتالي قتل رضيعهم في أن  
يحو بالارغبة والحب على بيده وذلك ليصبح عمر دلت هو لأطفال  
الأموالين بعد عام لأطباء نفسيين وصف لأم أنني لديها صبي أطولني  
سنة "باردة" وذلك لأنهم يعتقدون أن صبي لأم مستجدة هو السبب في  
صاية الصبي بهذا وقد ثبت حديثاً من خلال أكثر من دراسة أن لا يفرق به

سواء بيولوجية وأنه يمتد إلى علاقة هي هذه السمات كانت لأن في بداية  
شكل. يمكن استحضارها كإحدى السمات لا بعد. فمن وجهة نظر  
من لتصل فلان أن يكون الحب متبادلاً لتكوين علاقة. جهة بين توصيف  
ورأيه

الحب بعد لتعريف ينطبق عليه نفس الكلام يمكن أن تكون هناك علاقة  
حيث هو زوجين. عنيهما أن يتبدل الأحكام. ومثلات. وكلام جدير.  
معزت لخدمة ولا يمكن أن يكون هناك طرف يعني. وآخر يأخذ شكل  
مستوى. ولأنه من مستوى مظاهر عادية محب. لأن كانت من حب واحد  
شعر لطرف. آخر. يخرج لفظي. ولطف من يؤدى في نهاية إلى تأكل  
بعد في

يمكن أن تكون العلاقات الحسية لها بعد. من الحب مدى هي  
أما علاقة الجنس كل طرف من طرفها أو كمن بعد من الآخر. فبذلك  
محدد من صور الأرواح. حتى لو كان لاكتل. بعضها. فقد لاكتل  
مدى في علاقة يعني. من بعد شيئاً بعد. بعد من أي بعد. وعلاقة بين  
بعد هذا العنصر لا يقوم. حب بين طرفين. وينتهي الأمر بأن ينسحب طرف  
يبحث من حب في مكان آخر

وقد كتب كز من جورج هوي كتب. و (هوليس) في موضوع بعد  
مجد Life "موضوع عن العلاقة كثر فيه عدد قصص عن قوة بشرية  
العلاقة. ووضحت مراراً أن الشدائد به تثير رجس على حد من  
لأنها من بعد. وحتى أحياناً. وهو بالشعر. وصداق  
لنفس. من كز. دمر من في قام معهد بحث علاقة في (ميدان).  
فوليس. بالمرتب حتى أن كز. في لغاه. أن لديك بعد. صابون  
حقيق في استمر على استمر بسهولة. كما يمر من ناعة. مرضى صابون  
المرتب. ويريد بعدة على مركز لدى لاكتل. ولكن من يثق  
- لم يصب. لأن بعد من لاكتل. كما يثق. حوى. صابون. حرق من  
لعنوه. وبأسية إلى كبار السن يساعد لتدبير على تقليل الاكتئاب. ويقال  
مردود. لفظ. كما يثق من شعور به. يوجد. حيث تنخفض نسبة يراهم

الأنف، ولكن حجمه قد يتدولوله من قهقهة وتزيد أصواتهم بقليل  
لأجتماعه.

هذه مهمة من ولكن في غير مجتمع انشيط تشكس تلك للامسة  
من حد كبير. وذلك عيب من نفس الطقوس وروحك ولكن من تعجب بشكر  
نظم وتبدا. الامسة يشكس منسج سيمس على تمرير الصحة بطرقه  
والارتباط لطرفي

## الوصفة المانعة للجهاز القلبي العميق

### احط نفسك بروائح رائعة

جهاز قلبي هو الجزء المصوب بشكل عذس غير معالجة خابة كش  
هذا ما يحسن بقلوب وهدوء ذوق الروائح بعينة بحدس منسج يهند  
روائح الشربة بفرهم وقد نشر في صحيفة "The Lancet" امريكية  
رسة من فرم العلاج بروائح واستخدام ربيوت من رهور (بخاراني) وهذا  
الزيت عند استخدامه يشكس مذهب، من رثبته تساعد على تقبيل اشعور  
منسج والاكتئاب. كما تساعد على سوء ويتم في هذا العلاج وسج روائح  
خاصة في ب بخار في حوض الحمام ومنى نوبتد. بالإضافة إلى أعبه  
اعطور وهذا بروائح يمكن أن يكون لها تأثير بحوض على بادة المرجبة  
واكب هت فوق بير بدول أو مخصص هذه الروائح وبير شها فمسد لتناول  
نيداً. منه بذهب لعمدة. ومنه معدجته من خلال اجهاز بعيني اوقوي حد  
هت ربيوت سمية مثل الحزمى ما مدوم. الإنسان يكون به كثر حصة  
ويش لزومش نشد أعصاب بشم التي تعجب إلى اجهاز القلبي العميق

نسق بصره على بفره التي تستخدم في بفتح في ندم من نول بعام  
وميت على بحدس منسج البعسي فقد بحدس أي وضع بفره في بحدس من  
الأنف. بعد في ذلك بحدس وري العنب أحد لأحد فبصلة لدى وبحدس  
أحبر أي مؤخر من راحة لورقة المطبوخة تبس من المثيرات لجنسية  
بالنسبة إلى ارجاء صريف بدم على حبهتها وقاب. ندم بسبب معي سعة  
بناء. ولم يكن والدك بتركبي وحدي.

بعد لاحظت العديد من مصادق هناك روائح معينة أحياناً ما تجعل العقل  
يصدق ما يدعى - هبة ووصفه جيد كما هو الحال المواقف الأولى قد عدد بعض  
بشعره وحمه. وقد سبب وحيد ذلك وهو أن الذكريات والروائح يتم  
معالجتها في مركز واحد في المخ والأثر للروائح بعضه يؤثر عصبية في الجهاز  
الطريق المعقول فهي تؤثر في تذكر الأحداث بشكل كبير، وهو ما يفتح لنا  
بعض أسرار العديد من المصفي بالوضوح واضح

والروائح تأثير على الأحداث مزججة فيروائح لجيده مدني جدير  
طريق العبقير وهي بمثابة مصادق للأحداث وتعد تخطيط لمثل ما يروى  
في روائح الذكريات حسب ما يؤثر على وظائف المخ بشكل قوي وإيجابي

### الوصفة الثامنة للجهاز البصري العميق

#### كون مكثفة من الذكريات الرائحة

لأن جهاز حيزي العميق يقوم بتحويل ذكريات ذات شحنة عاطفية  
هذه إلى لغة من الصور بعض هذه الذكريات مزججة ومن بين الوسائل التي  
يستخدمها جميع المدخلين أن يجمعوا عريض يقوم بدفع ما فيه بحث عن  
الذكريات الأساسية بحيث بعضه عام، معالجة ولكن هذه الوسائل لأف  
يمكن أن تأتي بتدريج عكسية خاصة بالنسبة إلى الأشخاص الذين يعانون من  
الآثار المؤلمة والأشخاص لديهم ذكريات متعاقبة، ولديهم برامج في  
تذكر الأشياء التي تكون مع حالتهم المزاجية فقط. وحيث أن الجهاز البصري  
سليم صليبي لأن لديهم مزاجية تذكر سلبية وإيجابية كل ما يدركونه  
يكون سلبية. وهذه تذكرها، برمتها نجمع حياتهم فهو وكأنه كنوس  
مميز مما يجعل لديهم صدقة بأن كتابهم غير وحياتاً ما يلاحظ أنه الجوز  
قد غير إلى مرضى ويسررونه على أنه دلال على أن مرضى يصحح عليه  
إحساس بالجوهر ولكن هذه لتفسير آخر يرتبط بوظائف الحواس والتغير

فعددنا في ذلك شخص حدثت معاً فيروز حبه مؤيد كيميائية تشبه ذلك  
في أفروا عند حمل جميع أحداث عند وقوعه معني - وسلك عند تذكر  
حدث لتذكرك مباشر بعينها - بحيث حاله مزاجيه مشابهة تلك التي شعرت



وإذ مع نقي كلمة موحود في جوهر الوسيقي مع حلوله يحمل صورة  
مدرسية يمكن أن يكون مدرسه بعد سيجت في رصف بكلمة بحيرت ليومية  
من الكتاب بسبب

و قد أتت علاقة موحود مع شخص إلى تذكر أوقاتكم السعيدة  
به في شدة بهر الرابطة بينكما وقد أتت اشكيات الإيجابية تشجع  
في عذبات التي تولى العلاقة وعند التفكير ببيديته من خلال مذكر  
مدرسه لأخويه و مذكر بسعيدة قدمها لك خلال هذا الأسبوع أو مذكر نظرة  
أو صورة أثرت قبل كثير من هذه من شأنه أن يجعله يشعر بمشاعر إيجابية  
مع موحود أن يتصرف بحسب من يدركه من الانصاف بزوجتك سارة أو  
تذكر الهدية التي يمكن أن تقدمها لها في عيد ميلادها وتذكر عليها المساعدة  
أو مساعدتك على أن تباعدا بعضكما في وقت الشدائد

### الموصفة الدسعة للجهز الطرقي طعيق

#### فكر هي تناول أدوية الجهاز الطرقي

الأكثرب الإكسيكي واضطراب جواس النبري واضرب ما قبل  
بعضت بشدية كل هذه مشاكل تزيد في صعوبتها من مشاكل ليومية انددية  
التي تشع بها هي شتر حالات مرجية سينة واضربت في قدمها حتى  
أن قد لا يكون لعانة بما يخص لأشخص سين واضرب من مشكى كبهرة في  
حصر لطرقي يمشون حيرة سمية وفهنة روم زود شبا كمال الجهر  
عدي. من هنا قد يصبب الإصاعة إلى توصف انددية استخدم أدوية  
بشرة الأكثرب أو العلاج بالأعشاب والعلامة لأكثرب على أن لأدوية الموصوفة  
في وقت شديدا و يصبح بشدة الجهر لطرقي طبيعي لأن حدوث هذا يتوافق  
بعض بخصائص في عوارض المرض

وخلال الأهم لأخويه ظهرت في سوق أدوية جديدة تصدره الأكثرب  
في عبيات ومع وثار جديد كل من الأدوية الددية وبعض هذه لأدوية  
جديدة بعد أنه لم تظهر في لاحظ عبيطه نقي تشع بها جميعا في فترة  
من عبيات من سلبية وبشيت لرجية وبشيت ملحق لكتاب على

معتوب عن أدوية الاكتئاب بحالية بما في ذلك الالام الحثاري والملي  
وجردت وعند علاج الاكتئاب الإكلينيكي من مهم من تستخدم أدوية  
الاكتئاب فترة طويلة والمبدأ في هذه الأدوية من أسبوعين إلى أربعة أسابيع  
حتى يظهر تأثيرها. وعندها أن يستشير طبيب في هذه لأن الأدوية تحتاج  
للأدوية قد يكون به نتائج خطيرة

وقد ثبت أن علاج بالأدوية من خلال رتبة سهل جود، له أثر  
جديدة على الاكتئاب: كد يعنى على تهمة جهاز الطرفي العيون واستخدام  
هذه نسبة في أوروبا من عزم عديدة، ونعمز أكثر دواء بوصف علاج الاكتئاب  
يتميز أثر حاشية، وبالنسبة إلى أشخاص تكون الجرعة ٥٠٠ ملليجرام مرتين  
يومية من رتبة سهل جود، لمي تحتوي على ٠.٣ من "hypencin"  
وعلى الرغم من أن هذه أدوية أعراض جديدة تقلل من الأدوية لأحرق، إلا أن  
هذا لا يعني أنها بدون آثار جديدة على الإحراق فبعض الناس يصبح لديهم  
حساسية عن الشمس وسرعة تسمية، وصارتهم بحروق الشمس، وبعض يظهر لديه  
حب الشباب، أعراض مرضية مختلفة صرحت لديه بشكل كبير بعد شهر من  
بدأه دواء بهذه أدوية، ولذلك أرى أن سهولة لا بد أن يكون تحت إشراف  
طبيب نفسي

وسم هذه أدوية الجمع في هذه الأدوية ووجدت الجهاز الطرفي لوردة في  
هذا بعض الأشخاص على أفضل نتائج

## الوصفة العاشرة للجهاز الطرفي العميق

### جرب التدريب البدني

تدريب بدني يمكن أن يعط دور كبير في شدة الجهاز الطرفي العميق،  
وذلك لأنه يؤدي إلى إفراز الأسورين (التي يجمع شخص يحسن بالسعادة  
ويوجد الأسورين في الجهاز الطرفي، ويعمل بمرتب البدني أيضاً على زيادة  
تدفق الدم للصح به يفديه ويجمعه يؤدي وحده بالشكل سلس فكر في تأثير  
سحق الدم سحق وتعديه على باقي جزء الجسم فالجسم يقيد أو يهزل لا



يشعر برحة. ونفس الامر يحصل علي اسح. ولقد علم بجيد لئلا إلى اسح يضبط  
سط بجوار حرقى بما يستحضر بجديد على الحلة المرجية للشخص  
والأشخاص الذين يدرسون بشكل منفصل يشعرون برحة. والصحة  
السيادة التي لا يشعر بها من لا يدرسون التدريب حيث يزاد صدقهم  
شبهاتهم. ويبدوون بشكل جيد. ويشعرون بحالة مزاجية مواتية. وقد وجد  
سوى من سمى به تدريبات بدنية فليد في علاج الاكتئاب والتدريبات تزيد  
تشعر بحسن الأشخاص الذين لا يسمون أدوية الاكتئاب فهناك أشخاص  
يستعملون من الأدوية بتدريبات بدنية تحت إشراف طبيب يعلمهم يشعرون  
بالراحة التي تنتج عن استخدام الأدوية

في ظل لانقاع القسار بحوله ومع ٢٠ عدد ساعات لبعض وسفر  
حويين ومن كلا نوعين توجد أهمية شريفة والرعاية شخصية في  
الحفاظ على الصحة فلا يهتم هذه التدريبات وقد اضطرت تكنولوجيا إلى  
ذلك وبسبب الأمر العديد من الظروف خلال العشرين عاماً الماضية قلت. من  
بعد بعد الحيد وسنجد بجدي في حياتنا اليومية فهي فيلم قصة ال "أ" بعد  
"سيد فارس" يخرج من منزله ليذهب في سيارته ويذهب عشر يارات إلى  
منزله حوله ويخرج من سيارته ليذهب إلى مكان عمله وقد يذهب من جالسة  
وكن نظر كنه مرة يمكنك فيها أن تشعب مشياً إلى متجر لحي لتشتري  
صحف. ويكثت مقر بوليفر ابوقت. والذهاب بسيارة ويشعر هذه الحياة التي  
سبقت على كس جعل الجسم يفتقد كذاه أو بعبارة أخرى لم يعد الجسم  
يخرج بدون دسار خافي ويتفق خبره العديد والفسيولوجي وطلب على أنه  
لا بد من بناء برنامج تدريبي استمرى يشترى منتظم بحجم انهم في  
الجسم والحفاظ على القلب قوي وصحيحة والعصلات منسقة والتدريب  
بجدي بجيد من شأنه أن يعيد جوار حرقى حقيق ومن هذه الحركات

١ استدراب يعطيه من هذا من الطاقة ويحمي من الكس

٢ استدراب يزيد عملية الأيض وتعمل على صحة الشمية والجسماني

يحافظ على الوزن







## بطرة في التلقى والحواف

### العقد الدفاعية

والذهب العقد الدفاعية

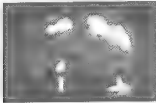
- الريد بين الشعور وحركة
- سير السلوك الحركي الدقيق
- مع أي سلوك حركي غير مرغوب
- ضبط السرعة ابهذرة للجسم أو مستوى التوتر به
- تعوية مدافع
- التحكم في اسعادة والبهجة

عقد الدفاعية عبارة عن مجموعة من مركبات قى يوجد في مركز مع  
 وحيد بختيار اصرى العينة . ويحل هذه العقد على الريد بين مشاعر والأفكار  
 والحركة . بالإضافة إلى مساعدة على سير سلوك حركي . وقد لاحظت في  
 بعض العقد الدفاعية سهم في ضبط سرعة الجسم أو مستوى التلقى كـ  
 بها التحكم في مستوى دفاعية . وبعد دور في الشعور بالسعادة والبهجة  
 وسبق نظره عمق على كل من هذه الوظائف

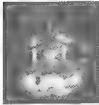
يحدث تكانس بين مشاعر والتفكير والحركة في العقد الدفاعية . وقد هو  
 سبب في ذلك فقد عندما يكون سعيد . ويعيش عندما يكون غص . وسجد  
 عندما يحاف . ويعقد سالك شديد يستدرك حديث . وهكذا نجد أن هذه  
 الدفاعية عند غير تسهيل التكنس بين مشاعر والأفكار وحركات الجسم  
 وعدد تكثر . حالات تغير العقد الدفاعية إلى زاعلى موبها فلا تصغر عن  
 جسم أي حركة جناسي باب مره مريض سبب بخروج شديد في حادثه  
 راحه بحرية في دال فرسيكو . وبينما كان رافد على الأرض يحرق وقع  
 شمس حوله . وقد حسم الحواف . لم يتحركوا لعل شيء . حباله . وظن هذا  
 ربح عدد يوم ، وهو يشعر بالدول من رد فعل هؤلاء ليس . وظن يتداس  
 . . . . . يتحرك . . . . . بل أنهم لم يبانوا . هل لأنه لا يسمع إلى

بعضي الآخرون مساعده، وفي رجل أَسَواتْ يَدِي من كَم يَدِي من جَرَاءِ  
 حَدَثٍ. وَلَمْ عَصِي من جَرَاءِ شَعْرٍ، بَلْ أَسَاسٌ - تَهْتَم بِمَسَاعِدَتِهِ وَلَكِنَّهُ شَعْرٌ  
 بِرَأْسِهِ حَيْثُ وَاحِدٌ تَسِيرُوا إِلَيْهَا أَوْفَقَ. وَهُوَ أَنَّ شِدَّةَ الدَّفْعَةِ الذَّجِيَّةِ عَنْ هَذِهِ  
 بِحَدَثِهِ لَوْرُوحِهِ فَدَ حَرَكَةٍ عَقْدٍ لِلذَّخِيَّةِ لِطَائِفَتِهِ بِفِ تَلَهُزٍ مِنْ حَرَكَةٍ وَدَسَ  
 عَفَى رَقْمٍ مِنْ رَغْبَةٍ عَظِيمَةٍ فِي مَسَاعِدَتِهِ

جمال العدد الثامن



صنعة ثلاثي الأبعاد عشاق الحبيب



صنعة ثلاثي الأبعاد عشاق الحبيب العظمى من العظمى

وَسَمِعَ بَرِيدَ حَرَكَةٍ عَقْدٍ عَظِيمَةٍ (كَمَ وَأَيْدٍ) مَعَ الْأَشْخَاصِ أَسِيرَ لَدِينِهِمْ  
 مَيُولُ إِنْ صَطَوَتْ هُنَا دَدِي مَا يَشْعُرُ بِشَجْوَةٍ بَارٍ صَعْدَ لَدِ مَيَاحِرِ شَيْءٍ بِفِ  
 بِجَعْدٍ بِجَعْدٍ وَيَسْكُرُ وَخَرَّ سَكْرًا وَحَرَكَةٍ (عَدَّ عَدَّ) نَقَرَ حَرَكَةٍ لَعْدٍ  
 أَعْتَدِيهِ وَكَمَ بِحَدَثٍ مَعَ خَائِبِينَ دَاضِرَاتٍ قَصِيرٍ لَا يَسْتَدِ لَوْرٍ صَعْدَ

جميعهم يتحركون. بالأشكال من الذين يعدون من قصور في الانتباه غالباً ما يشكون من أن يسيروا في طريق ضاقت ويتجيبون في الموقف من سطوي على صعد. و. خوف من خوف صديقاً لي يعاني من هذا الاضطراب. ولكن استجابة أسرع من عند الأزمات (وقد ذكرت في الفصل الثاني أن حركة العند عديده - في ريد بشكل شعبي). ولكن في هذا الموقف أنا كما نعرض مصعب ودعنا نلاحظ حسب عديده منطقت مراد فحماً من الأرض بينما سرعة عديده منطقت. جندب أنا من شدة الموقف. ولكن على الرغم من أن سرعة عديده ليست لأي عديده. ولهذا كنت أشعر بأنني جندب تحركي سرعة في مثل هذه الموقف. ولكن هذا هو شعور عديده عرفت أن هناك شيء في بعض بعضي من هذه الماشية ريد في لعنة العديده في بعض من صعب على أن أحرك بسرعة في الموقف التي تبحث على العند

من بين وظائف لعنة عديده أنها تساعد على توصيل وسلاسة السلوك تحركي استمر. وهي وظيفة ضرورية لكتابة وتصحيح الحركي وتصحيح مثلاً لا يعدون من قصور الانتباه معظم الأطفال والبالغين الذين يعانون من تصور لانتباه يكون عديده ريداً حد. وهناك من يشعرون بصعوبة وقسط عند كتابة من بعض خط مسوي وغير متقن وأبعد من حركي والبالغين عديده من تصور لانتباه يصعب أن يكتب بالحروف بسرعة بدلاً من الحروف وهم يشعرون بصعوبة لكتابة الحروف منطقت لأه كتابة لا عديده على حركي عديده مسير بل على الحركي منطقت. ويذكر عديده من هؤلاء الأشخاص من أنهم يجدون صعوبة في التعبير كتابة عما يشعرون به من الحركي في الأوبة التي تستخدم في علاج قصور الانتباه مثل مثبات لتسبب Ritalin Dexedrine أو Adderall كتب بعض من خلال التعبير منتج لطفل عصبي (دوبامين) في العند عديده. وهذه الأدوية أحياناً لا تعمل على تحسين الخط. وتزيد كثيراً من قدرة الشخص على كتابة أفكاره، بالإضافة إلى ذلك يفوق كثير من مصابي قصور في الانتباه أن تصحيح حركي أعاد يحسن من عديده. والأهك مثلاً لأحد مريضتي

Hello, my name is Tommy.

خط توماس، 18 عاماً، موزن تناول اللبنة

Hello, my name is Tommy.

خط توماس بعد تلقيه حاشية (مصور في الألبان) ومعالجته بالألوية السنية

و بعد أن أخرجني نور بعد أن عدت في تحكيم بحركتي باني من فهم  
مرحبه خريص هذا ثلثي ابرعاشي وعلامه موريت ويحدث ثلثي لرعاش  
بسيب بعض الروايعين في حيدر لعنه اندعديه وانور هذا برش عشته في  
اسير واعبب عصي إلى جانب حركه اسطعة ونقل حركه. واعدام  
معيوت الوجه. وبطه الحركه وعادة ما يعطي لوريس ألويه تعمل على زياده  
عوبهبر شر dopa والتي تخفف كثير من هذه الأعراض وتسمع  
بحركه سليمة ومن وظائف هذه الاندعديه تبص مع احداث غير المرغوبه.  
وعند حدوث مشاكل في هذا الجزء من الحج ١- هذا يؤدي عدم إلى متلازمه  
تويك وهو مزيج من النقصدات الحركيه واصوتيه، مزيج من تقصير عن هـ  
الرجل سيجدها بعد ذلك في هذا الفصل

ومن خلال بحث تصوير حج كتشف ر لعنه تقاعديه بها موزن يد و  
شبه سرجه بهذه جسم ال مستوى ثلثي حركه ابرعاشي في هـ الجزء  
توتص بلفنو. واسوتر ورياده موسي والحجاب وقبه الحركه يودي إلى مشاكل  
في اندعديه وبطته. وبنايونه.

ومن هذا أتد بعدد صوراً مع بعض لاكرد سوي مدعيه لعابه من  
المرء النعديين للشركات وجد أن هناك حركه رائده في ابعده القاعديه وبحن  
بري ل بعض سحر يمكنهم أن يستخدمو هذه لرياده في الحركه في شكل  
دفعيه لكي يصحبو قضاير في المجتمع فاني مثلاً والسي بعضي سلي من  
يزوده في حركه هذا الجزء قبه قبه بعض شيء. ولكننا مدعه حركه فهي  
بعض جوانب أبع و جسم مروت أسبوع كفاً أنه لست بزييه سبعة أضع



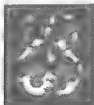
١٠ - تشعير مصطف، وهي دافئة في شدة الأحرار، وأعتقد أن استخدام الدرع  
 وبسبب أن الرعدة صاحبه من رعدة حركته يعقد معديه من عدم غنى تدري لتلو  
 ومن وظائف أخرى لعدم القاعدية هو في تعاقب سخنة في اشعر  
 - معده وبهجه وقد أجرت مجموعته (نرا فوكس) في مكتبة (برونيهي  
 - شون - بويرك) دراسة من أبحاث تصوير مع لغوة من بعض (الكوكبيين)  
 - (الربليين) في مع وقد وجد أن عدم القاعدية تقتصر معظم هذه المور  
 - (الكوكبيين) هذه تنسب الإدمان في جرحه (الربليين) في توصف بملاج  
 - فير لاقتله ولا سبب (الربليين) وقد كشفت الدراسة بوضوح عن الأسباب  
 - الكوكبيين بعض على زيادة استودمين في مع وهو يدر بأن المع يفتحه سريعاً  
 - ويخلص من بعض عابده فيز في في موجه قوية ثم يرحل ولدت يشعر  
 - لستخدام شدة كبيرة وعندما يتخلص مع من كوكبيين يشعر استخلص برهة  
 - في اريد ولكن الربليين على عكس بعض برهم من أنه يؤدي في رعدة  
 - (دوبير) لأن سائره في ويخلص مع من أبطأ في مجموعة في عالم  
 - في سة في ينشط بعد القاعدية بالكوكبيين يؤدي في رغبة قوية دافئة في  
 - (دوبير) بعض من ردة من هو يريد اذ فية وقرنير وانسيرة ولكن لا يشعر  
 - يستخدم بشدة في رغبة في لريد وإلا إذا تناول جرحه زائدة على جرحه  
 - بوضعية ومن بين كثير يشاك في في بوجهي عند دافئة مرهين شين  
 - بعض من تصور الانسدة هو أنهم - ثم ما يتصور تناول لاروية

وأحب لرومانسي شديد يمكن أيضاً أن يحدث في المع بعض ثور  
 - كوكبيين بأن يريد من هو يمين في بعض معديه، ولكن لأن يجب له آثار  
 - سية مخصوصة وقد تيجت في قرصة بعض مع بعد الأصدقاء بطريقتين  
 - بعض من (دوبير) بعد مره وجيرة من عاقبة لأمراً جديدة ولكن قد تم  
 - بحيث وبعد بوضعية أثاث واحد فيض بوضعية على اشفاق في صحبه  
 - عصبه جسي في عشرين يحكي في عو حيه لحديد وكان سعيد بلعابه كد  
 - في في مشوة لاستداع بعد عداير لحديد ووضعية ووضعية  
 - بعد ١٠ - على سبيل في لرومانسي يحكي في هناك جرعة زائدة من سليلير  
 - دة في (دوبير) يجري معده في عو في مع في كان دة في

يحقح ذلك. وحيث انني كنت من قبل قد أجريت على بين مسح كجره من مجموعة المحكم. فقد قررت ان أجري له مسحاً اخر في ظل هذه الحب التي كان يعيشها. وذهب حيداً وجدت منظر محه كذا هو كذا بين له تسوية جرعة كهوية من الكوكبين فقد كانت هناك حركة رائدة في حركه الأيمن. لايسر من عائله عذبة تشبه حركه مع عبيد يعرضون لآلئهن ملوكات وهما شيب ان ليحب نر دايه على سج ذبيح في قوتها. فإذ هذا فير اسي سمع

للأصغر

مع من لفتت بالحب



منظر ثلاثي الأبعاد لمشاطات الجاهل الأمل من الفم  
لاحتف المشاط الرأسمال للعقد القاعدية اليسرى واليمنى (الأصغر)

### مشكل جهاز العقد القاعدية

- غو ر اعصية
- مودس هلق
- ظهير شمس مارية سعب
- انور الموضع لاسو
- محبت اسحب في صير ماس
- متلاره موكب
- بونر ولام اعصافاة
- نر ماسر
- صاع

بحركة الزائدة بعد الانعادية فزيد من استرخاء اجسام وريف أدب إلى  
اشعر باطل، و جسمية والموسر، ولاكتفاب وقد لاحظت ... كن عرضي  
مفرقة لدى محاولته من اصغر باب الذهب يريد بديه حركة بعد الذنب  
ذلك كما يوضح من لمسح الذي يجري على الخ

در جاری) در جاسی عند ثمانية اعوم بعد ان رجب لطيفه يشكو من  
 "في ضمير وخصصه الطبيب جاري ليوجد ان هناك جرحا مؤلفا قروى بشي ومن  
 م عيب منه إجراء X على الكليه وسجود ان سبع "جاري" هذا طو  
 تما لا فورد "سوف يكتشف لطيفه" بي مريض باعمره ١٠ لحد هذه الفترة  
 استغنى ولم يبقه تمكيره عند هذا لحد "يكتشف لطيفه عند عرض  
 وسوف اخصص للعلاج كيميائي" بعد عشر ثور كان جاري" قد خيل معه  
 سر علاج "وسوف انقل كذا في بعضي" ولقد شعري وشعر بآلام دونه  
 بعدها بسبوت ثل هذه وقتا دأرب في ربه خلال ٣ ثيه وبعد  
 صيب بنوبه هلع، وزادت نبضات قلبه، وأصبحت يراه بأزده كالنجم، وزادت  
 سرعة نبضه وقصصيب جسمه عرف وخض صيب قائلا "لا أستطيع إجراء  
 دد في شدة

قوله "جدي" لا يستلزم معناه ما أعني . ثم لا أستطيع بحرف  
منه دلالة في محض السبب عن تأييدتي وأصل بي يقول "وإنما من فضلك  
بأنس في شيء هذا رحمة"

والمحرد القاسم خيرى "جاري" بهذه القصة عرك أنه صاب ياصرب  
 مع مسمر ظل معه جنوب حياته والى جاري نداء خيرى في يوم لاسوء وهو  
 عيب لأساسى في عرض ليقع اى لذه

وتدعى معالجته أنه يرسى على وضعت العقد القاعدية التي يسجد بها في  
عصر الحاضر من سمي ذهب معه لإجراء الأشعة على كبدته، لأنها ذات  
ضرورة وعضوية على وجه سريره وحريص به لتحويل معدنيتها ساعده على  
لهذه الإجراء الأشعة وقد نجح معه بتحويل بشكل حسن حيث بد بالتقوس  
ببطء، وحريص به لأشعة نور مشددة حتى صار في الأشعة وقد رتب على  
على وجهه يميناً "جاري" على الجانب الذي يشعر فيه بألم فد كان من  
"جاري" لا من أمست بصورة، ونظر إلى قنلاً وهو يمشح "كبت أعرف أنك  
تكتب على بشن هذا: "في سأموت"، وأخذت ارت على قدمه وقت له  
"يصف لي جاري" قد أن سموت، ودعنا بلقي نظرة على "الأشعة" "العلاج  
عصبي هو أيضاً صيب" وعهدت بطوب إلى الأشعة وجدت أن هناك حصوة  
كبيرة في المثانة يمكن أن يسبب بها عظيم ولكن حصي شبيه لا يؤدي موت  
جد، وقد أدى التشخيص لواء في العقد القاعدية "جاري" من شعوره بأنه عاصي  
هـ ن وذلك لأن هذه الحركه جعلته بموقع أسوأ اسدخ في ي يوصف  
ونلق العقد القاعدية يمكن أن يربط الألم، فعند راد فن "جاري" مما شعر  
به من كأم صيب، شربت الماء في يظهر عضلاته شققت عضلات بحالب  
في يوب بعد يد الخلعين وثانه، انصعب على الحصوة بعد راد من شعور  
بإلالم وقد بدأ علاج "جاري" نفسه باستخدام Modri، وهو نوع من مصاد  
للاكتئاب له قدرة على علاج الصبح، بالإضافة إلى استخدام Valium عند  
تصوره كصباح حياة "جاري" بعد ذلك طبيعية

كذلك، حوالت التي شير انقل جعل الكثير من الأشخاص الذين لديهم  
عقد قاعدية ذات مشاكل رائد يتجنبون من الخوف، ولا يستطيعون معالجة  
مدرجه وهو يسمى "ذهب لحلاء" وقد عالج الكثير من الأشخاص مع  
لواء مدرجه وهو "مهم جداً" ردت ابرو، ١٠ عام بخوفهم من الذهاب  
بالحق

### معرضاً

مارك يرسى في هذه الحالة بركه ٢٠ روجه قد جبره على  
العلاج وقد كان عمرها ٢٦ عاماً عندما بدأ "تشر بوب" مع ودان مدة

بما كانت في متجر يملكه د. بها تشعر بدوار، وصعوبة في التنفس وزيادة  
بسبب اكتئاب وإحساس ضائع بهلاك وشبه، لما كان منها إلا أن تركت غرفة  
الشفوق، وحرب إلى سيارتها لتبكي فيها ما تريد على الساحة، وبعد هذه المرة  
رب مرت حدوث نوبات يملح بها جميعها فتنتزع عن الخروج من اسر حوك  
من حدوث هذه النوبات دون أن تجد من يساعد. وبوقعت مريضا من بعض  
رجعت زوجها بصحبة لأطفال من وادي سرسة وكانت ترفض أي أدوية  
من أمها عندما حاولت التدخل في هذه المواقف أدمنت على Valium وكانت  
تسير في عالمها بسوء. ولم تكن "مارشا" تريد أن تكون كأمها. وكانت تعتقد  
في حينها أنها ستحكم في نفسها في هذه المواقف. وعندما رأى زوجها أن حالها  
سوء معها لم يعالج النفسي للأسرة والذي علمه الاستجاب، ومعارضة الأفكار  
سلبية، ولكن دون جدوى. حيث كانت حالها تسوء بما جعل زوجها يسي  
بها إلى مستشفى لوضعها بدول الأدوية فقد قررت إجراء دراسة SPECT  
لدراسة مخ "مارشا" وأوضح لها بعد ذلك وظائف مخها  
مخ مارشا المثمر بالاضطراب العليم



صغير ثلاثي الأبعاد لشكل الجاهز الأسفل القديم  
لاحظ زيادة نشاط العقد القاعدية اليمينية (المنهم)

وقد وصفت عرسة وجود زيادة ملحوظة في نشاط العقد القاعدية اليمينية  
وهو ما يشير إلى وجود اضطراب ذهني. والمثير أن لخصي الذين يعانون من  
اضطراب ذهني نفس حب الكلام ويفر لهذه المواقف بصحبة لنوبات

يتم علاجها بجمعلي ، وقرصاتي تسكن لي بعد ذلك ، نتائج التي ظهرتها الدراسة فيه يتفق بالعدد التقديرية تعني أن "أرشا" معدي من بوبت سيوكي

وقد أُنشئت نتائج دراسة "أرشا" بأن تحرم الأذنية ، ومن ثم وصفت بـ *Klonopin* وهو دواء مضاد للقلق يستخدم بكثرة لسحبك في النوم وحالات قلة للشهيد لتفككت "أرشا" من معصرة سوب ، والعربية مصر ، واستضاف حو ، وقد سبقت دراسة للأدوية مجموعة من وصفت جهات بحثية مضاعفة أخرى حو ، لاحظ بها في ذلك ودرس منظره لتعديه لاسترجاعه احيوية والتسريع ، و- عليها على صحيح لا هك ، سلبية التي تقوم على مسو بدستقر ، وبعد سنوات توقفت لعاد عن الأدوية ، وشفيت من النملع

## مضطرب ضغط ما بعد الإصابات

### مارك

"أرشا" حين صدر في خمسين من حمرة وريح لتستقر خلف محارة فتر بصبه وكنت راحة قد بدأت فعلا في حرارت اطلاق مع جمه شعير ان حباته انهارت ، ومن ثم أصبح سريع المصطب وعدواها ونحيف ، وقدرا ش ، كما كان يشعر بقلق مزمن ، وكان زعلانه يشعرين أنه شارب حو ، بوبت كفا ك يشكر بر علاج نام ، وكان (مارك) قد حصل على وسم في حرة القيد ، حيث كان جعدي مشد فتل ب بريد على مدة شخص وقد جبرني به فقد ، سديبه في قبسام وأن هذه الحجرة جمعت حمر شارس

وقد قادني في مستشفى ان تكرات دشي قديمه وقد كان يعاني من اضطراب ضغط د بعد الصدمة وبعد ان ركنه روجه شعرا أنه بعد صدم دمع سحبه ونظر شدة الاعراض مع وجود إصابات في الرأس أثناء حروب هتدم فقد أمرت بإجراء دراسة SPECT على محه وقد كشفت الدراسة عن وجود خلل ، ملحوظة في سطح جدار لايسر بعد العاصفة وهي ردة م أرها من

وزيادة في شدة الجفاف لأكثر العشر القاعدية بربط ذلك بالأنسجة  
التي يتعرضون لوعف خشب وعصبية مرتنة ولشئين عضوية وبهذه حركه  
هذه ١٠٠ من نخ يمكن استخدام أدوية محكم في لحانه لراحته بلش  
Depakote , tegreto , ithion  
Depakote وسرعان ما حصر صداع وبدأ يشعر بالهدوء ولم يعد يصبح في  
حاله أصبح أكثر معتدل فلاستحب للعلاج اسلمني لتعصب عني آثار  
علاق وأكثر صلابته فوجدته

مع مارك الصاب بالمصفاة واضطرب ضغطه بعد الإعياء



مظهر تشنجات الأبهام بعد الجفاف الأسفر

لاحق زيادة شدة العقد القاعدية

وخلال عطلي مع "مرك" كتب كثيراً ما "شعر أن حيرانيه و فبقدم ١٥  
هيات عدة أسبوعية لا يكون يقظة بشكل دائم فكان يوم خلال ١٣ شهرا من  
حرر ذلك فيه بل يشك دسم اميلقة حتى لا يرميه أحد بالرضا ولم تنجح به  
مرمته عند سنين و بعده كيف يعيد صيد محه عني وضع الصبغ  
والمستخدم لأدوية والعلاج الصبغ استطاع ان يربط أن يسهو في وشعر للفره  
وبدأ خلال خمسة وعشرين شهرا لم تدرب ساحة الحرب

### تجنب الصراخ

عن ينشئ طبيعى غير مزيج عني لإعلاق وبعد بعد لصديق به  
يحدث أن تجنب أن يوافق يرمي من شعوره بدم لا يربح ، وخاصة مزاج

التعاضد مع الصرع. ويحمل الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في معدل تدفق الدم في شعور بالحمى من جراء أي صرع، وبالتالي يفسر كل ما يستطيعون لجسمه وبكى تجنب صرع بشكل. يكون له آثار سلبية خطيرة على الحياة.

### لوزان

لوزان صاحب متجر بيع لأصناف لعلية وهو من الذين يكرهون صرع. أنه يشعر بالاضطرار وتلقى مرضه، وبسبب خوفه من مواجهة سمته هذه يشاكر من ر بعض الأشخاص غير الصالحين بعده. كما ر هذه المشاكل جعلته يعاني بقلق شديد مع الأشخاص الذين يتدخلون معه بسببه. وبذلك كان صرعاً يضاف بمرور وعدم خوفه في الأمور من ر هذه المشاكل سبب له بعض المشاكل في زوجته فعلى مدى أعوام لم يستطيع أن يتحدث عن الأشياء التي لا تروى في زوجها وظل يكتفم هذا بالغة في أن يعجز وقد كان حجر لروبه في علاجه هو تعليمه كيف يتعامل مع صراخ

### بيبي

وبالمثل كانت ميول "بيبي" نحو تجنب الصرع أن تقف وقبيلتها وقد كتب "بيبي" بعد في نهاية المطاف ونظره لحدثه فقد قدمت سرعة في شعوره. في صدمته في مصيب يوجب عليه التعامل مع رجل يستعمل بسمرة كثيرة وبهم روح لندرس بالإضافة إلى اعتبار هذه الصراخ ولوجبة وكان رد فعل "بيبي" تجاه هؤلاء الأشخاص هو انزعاجهم، ومراعاة مشاعر الآخرين فقد كانت تبحث عن طرق لإرضائهم، وذلك لكي تتجنب القلق الذي كان يعتقد أنه سيسيطر عليه. وأنها أحب بعده في صراع متزوج. ذلك أن شخصاً قد حدث في بعد هذه تقدم في عمله. كما تتعجب من الحزن في صراخها بما جعلها غير قادرة على التعبير عن انائها. كانت لا تتفق مع الآخرين

وكتب "بيبي" في نهاية المطاف في النهاية، لأنها كتب تعاني من صراع على شديد كان يوجب عن حيله وكان أصدورها زوجها هم الذين يفسرون بها في كل مكان لأنها كانت بخلاف من حدوث هذه سمات له. وأنه



لدماغ غلصما كيف يعمل مع صرع عصبه أن توجه هؤلاء الرجال ولا  
يهرس بعد ولهم اصبح نصيح يرددنها في لاجتماعات وندع عن بوقعب  
في شركه بدت لا زده لعل نظر ايها نظرة يجديها  
ومن انهم يعالجه أن تتم طرقاً لتهدئ بعد انتعاشه. ولا مسجد أن  
عن وكرهت عاصي قد تحكما في حياتهم.

### متلازمة توريت

وهي متلازمة عصبية جد مثل الجسر بين العقد العاصية واضطرابين  
يبدوا متماثلين وهما اضطراب قصور الانتباه واضطراب الوسواس القهري  
وتتميز متلازمة توريت بـ: تقلصات صوتية وإحركات تشبه لما يريد على عدم  
و عوب لحركته هي عبارة عن حركات جسدية لا إرادية مثل طريقة عين،  
وهو أو أوتى. ولتكتف. ولزجر. وتقلصات صوتية تشبه إصدار أصوات لا  
يريد مثل كحة وضحك والصهيل والسعال. وأحياناً لسب (بعضه في  
الكلام) وينتشر هذا المرض في الأسر وقد يرتبط بعدة عيوب جينية في عائلة  
الدوبامين. وتشير دراسة SPECT في أحيوت على مصابين بعد مرض  
سواء قبل بحسب أو غير. من وجود عيوب في العقد العاصية والاحتية  
عربية في هذا المرض يتباين كثير باضطراب قصور الانتباه واضطراب الوسواس  
القهري. وتشير الإحصائيات إلى أن ٦٠ ٪ من مصابين بهذا المرض يعانون من  
قصور الانتباه. و ٥٠ ٪ من الوسواس القهري وقد يبدو في الظاهر أن هناك تماثل  
بين هذين الاضطرابين، فمن يعانون من قصور الانتباه يعانون صعوبة في التركيز.  
يصف المصابون بالوسواس القهري بفرعون يعود على فكرة التسلسل  
هو جسمهم. أو سلوكياتهم (عائدهم عهدهم). ويعتقد من انتمية للمصابين  
بهم. لاضطرابين وجد أن هناك ارتباط كبير بين الوحد في لدرج لوصي  
الأسود لثلاً لأشخاص يعانون بقصور الانتباه غالباً ما يكون يتم قارب  
مصابين بوسواس قهري و عكس صحيح، من أن هات نوع فرعي من قصور  
الانتباه يطلق عليه اضطراب قصور الانتباه (التركيز راند) وفيه يكون لدى  
المرضى أعراض عدم الانتباه وزيادة التركيز

ولابد أنه من أكثر مفعول لعلودات لاساوية عن الماخص عصبية (السودانية) و (سيروتونين) والدقات العصبية عبارة عن رسائل كيميائية تساعد على أن توجد في سحابة بعض على حدث نورين بين . (سيروتونين) و (سيروتونين) ولكن هذا النورين يحل في بعض العصبية ويسطر . (سيروتونين) في تحركات عصبية كما أن به دور في العصبية وطين فترة لاسية، وصيد سرعة سرخاء الجسم أما (السيروتونين) فليعب دور كبيراً في التحكم الحركي والتحكم لاسية و (سيروتونين) وعند ترتفع نسبة السيروتونين في الدم لنقص السيروتونين والمكس صحيح فعلاً عند أعطي شخص مريض لاسية لمعالجة قصور الانتباه، فإنه يعمل من خلال زيادة وجود السيروتونين في الدم للعصبية، وقد بدأ على تركيز بزيادة لاسية عند عصبية كنية كبيرة منه يصعب بالهوس والتعب الحركي وعدم مرونة وكما عرضت على بعض السيروتونين سرخاء كبيرة) ويسطر من عصبية شخص عصبية السيروتونين لاسية دور بزيادة نسبة السيروتونين في الدم مثل Prozac وهو دواء من لاسية أن يمنع بشكل استعاضة عدة امراض السيروتونين، فيعطي إلى زيادة أعراض قصور لاسية، ولكن ليرى من لاسية . كد مظهر دية الجهد في العصبية

(حيث أن عصبية عصب دور في علاج لاسية لدى يكون مختلف لدى عصبية بغير الانتباه، وفي بعض وكبح الحركات لعصبية الحركة مفعول واسي لكثير إلى عصبية في ينتج منه نقصان) وحيث أنه وجد أن عدد لاسية العصبية (صافى لاسية) يكون مثله راسدي مرضى لاسية يظهر في هذا يظهر إلى أن بعد لاسية تلف دور كبير في الاضطرابات الثلاثة وتجميع نسبة لاسية باستخدام لاسية بزيادة بعض مثل Haldol chalo Peridol و (Pimozide) crap قد يساعد على منع امراض . (دواء عرض قصور لاسية) و (سيروتونين) لاسية مثل (methylphenidate) Ritalin و (dextroamphetamine) Dexedrine و Adderal، وهو عبارة عن مزيج من العلاج (سيروتونين) قد يساعد على علاج عرض قصور الانتباه غير

كما قد يؤثر على التقصص بشكل مسي أو مجدي) ولقد قد نجد ر  
 سبباً عسقة كما ذكرنا من قبل يريد من مرضى الوسواس القهري وتجنس  
 يريد يركز على الأفكار وسوكرات مسه فأي حس في مؤن الدوامين  
 وسيرودونج ذب ما يرجع إلى آلية التدخل في العمد المتعددة

### المشاكل الحركية النطقية

لقد من امر ر مشاكل حركية النطقية يريد بوجود محبوب في بعد  
 عسقة وقد دقت مشاكل لقراءه في هذا الفصل والاضاء بين شعور  
 لغوي حركي دقيق (لغوي يريد في عالب بحركه العمد بقدره عسدا  
 حصر عام جمع من لانس لا عبال ذواله يدي، لأنه قد يهر عسدا حس  
 لغوي وعسدا يريد بلسط العمد النطقية قال قد يؤدى في عالب إلى زيادة  
 حركه عضلات وزيادة برهقة وسسبه إلى عوسقوس اسين يشعرون  
 برهقة هذه عضلات اموسيقية غالب ما صف لهم Propranolol بتخفيف  
 رهقة

وزيادة لوتر لعضلات يريد مشاه علف النطقية غالباً ما يصاحبه  
 صرخ وقد لاحظت ر كثير من الأشخاص الذين يعانون من صرغ لا  
 يستجيبو علاج ويعانون من ارهقة مشاه بأعلى معينة في بعد المتعددة  
 ويحدث هذا مع زرع صرغ الناجمة عن تقصص لعضلات (والتي تكين  
 عرصه وجود الألم في مؤخرة الرقبة أو القصر و عضلات جبهة، كما يحدث  
 مع الصرغ مصلي (وهو عدا صرغ في جف وحده من الوجه قد يوقته هذه  
 صرقة و غير ذلك من عضلات انحدريه) والغريب أن نشاطات الشجع  
 من Depakote و Tegretol التي نفس شط لمدى ذب بحركه  
 لولدة في الصرغ، تساعد في بعض أنواع الصرغ

### تحفاص وزيادة الدافعية

طلب من قبل أن الدافعية تقى لدى الأشخاص الذين يعانون من عراض  
 حبه حر وجود نفس في العمد غير نفس اضطراب تصوق الاندبه، وغريب أنه  
 عسدا يريد سبب سيروبولين بشكل كبير لار قد يؤدي إلى بشبه فة

له فعليه ولاطباء يعرفون أنهم عندما يصغون جرعة كبيرة من مضاد الاكتئاب  
 نعم يوجد من نسبة سيروتونين مثل (Fluoxetine) Prozac. و  
 (Sertraline) Zoloft و (Paroxetine) Paxil. و  
 (Fluvoxamine) Luvox) ثم هذا يؤدي إلى انخفاض الدافعية، وقد  
 خبرني لكتير في مهم توقفوا عن هذه الأدوية لأنها جعلتهم يتوقفون عن فعل  
 شيء، صعب في عملهم أو بيتهم. وقد أخبرني أحد أئمة، للتقديس أنه توقف  
 عن دواء Zoloft، لأنه لم يكن يستطيع أن يجر لأعباء إدارته. ومع ذلك  
 لم يترك بيالي. ويقول: "كنت أن هذا الشخص"

ويبدو سيوامين قد تؤدي أيضا إلى زيادة في وحتى الإفراط في الدافعية  
 وقد ذكرت قبل ذلك أن العديد من أسواء المتوسمين بشركات يعملون من الزيادة  
 يعرف في مثل هذا القاعدة. وبعد ذلك، لديهم مبدأ للإفراط في عمل، من  
 لا شيء إلى شيء. هي أصعب لأوقات بأسماء بيده. فخلال سبوع بعد ذلك ما  
 يكون حدث شيء يعطونه كل يوم. ما في يوم الإجازة توقف غير مخططه  
 مراد يشكون من شعور باس وقوف. يصبح الاسترخاء أمر عسير عليهم من  
 سير سريع جدا. وعمال للعمل عليه ربما تكون متممة بالعدد القاعدية، وذلك  
 أن سرعة الاسترخاء الداخلي أو مستوى طاقة لدى سببي العمل لا تعطيلهم  
 فرصة مرحة ولا شيء. هناك ربطة بحديثه بيدها، فالكثير من أئمة  
 لمصنوع أئمة يحققون بجارب ان تدفعهم عقد القاعدية وسي نجدهم  
 يستقروا في العمل فترت طريقه

### قائمة للحقد القاعدية

إنك خمسة جهار عقد القاعدية أرجو أن تقر خمسة استوكيات، وتحدد  
 جهلك أو برجه شخص الذي تسميه في كل سوك من استوكيات مسعر  
 بهوس لذي وضع عام ٩ عنصر لركب سبب في حالة وجود أربعة و  
 خمسة عنصر جهاتك ٣ أو ١. فجز هذا يزيد من احتمال وجود مشكل في عقد  
 القاعدية

حيات = ٢

كثير = ٣

كثير جبر = ٤

- ١ الشعور بالعصبية وقلق
- ٢ موت هلع
- ٣ امراض تؤثر حصي الشديد الصرع والتهرب اعضي.
- و رعاش اليدين
- ٤ وجود فترت يحس فيها اقلب بشدة، أو ترداد سرعة تنبضات
- قلب ثلثي، أو يحدث خلالها ألم في الصدر
- ٥ شعور احيايا بصوبة في النفس أو الاختناق
- ٦ شعور احيايا باسوار أو عدم ثبت للدميين
- ٧ شعور احيايا بالعتش أو اضطراب ليلتي
- ٨ لغز حيايا وموت بحررة أو برودة مفاجئة وبرودة اليدين
- ٩ ميل إلى توقع الأسوأ
- ١٠ قلاخوف من موت أو من فس أشياء خطيرة
- ١١ تجنب الأماكن المدة خوفا من حدوث نوبات هلع
- ١٢ تجنب الصرع.
- ١٣ الخوف المفرط من فحص الآخرين لنا أو حكمهم علينا
- ١٤ وجود مخاوف مرضية دائمة
- ١٥ احساس اندفعية
- ١٦ هرب الدفعية
- ١٧ وجود تنبضات
- ١٨ سوء الحظ
- ١٩ اصرع السريع
- ٢٠ ميل لتجنب عن الحركة في الموقف التي تثير الخلق
- ٢١ الميل لمرط من وجهات نظر الآخرين
- ٢٢ ابحس أو لجهن
- ٢٣ انخفاض عتبة الإحراج

## التقلب على الحرف

### وصفك العقد القاعدية

سوف تساعد بوصف بدليه على تعديل وعلاج مشاكل عقد مدعريه وهي وصف مدعري عن طريق من العقد القاعدية وحيرتنا الاكاديمية مع مرضانا وماذا نر العقد القاعدية تعبر عن ربه شاعر بالحركت واحدا على تنايع وسلاسة سلوك لحركي العصري وصفه سرعة استرخاء جسم أو مستوى انقلي والمضافة في حكمه في مستوى مدعية ومشار سعدة ويحب

### الوصفة الأولى

#### قتل الأفكار السلبيه التناقضية القئمة على التو بالمستقبل

لأشخاص من يعانون من مشاكل في العقد القاعدية غالب ما يكونون خبراء في توقع الأسوأ ويتخلى بعد أن لديهم قسراً كثيراً من الأفكار السلبيه السلبيه خاصة عن التخلي باستقير للمدحه عند انجره من الخ لا بد ليؤلاه أو يعمدو كيف يعمدو على موبهم بموقعات متناقضه، وقد قامت على مدار سنوات عسي أشخاص يعمدو بأنهم منشقون، ويبررون هذا بعمهم بهم بما يوقعوا للأسوأ، ومن يشعرو بعمه مل عند حدوثه وعلى رغم من أنهم ربما لا يشعرون بحيره مل ابدأ، لا أن هذا يؤدي في غالب إلى موت الفكر. فنعصط انهم من انهم يعمدو بسببه نفس كده جهار المدعه ويريد من حصوله لمرص أفكار الرد مؤثر على كى حية فيه

وهم كيمه قتل هذه الأفكار السلبيه التي تمور بهلك هو ضروري صحيح مدعري مع خلق مدعري عن هذا انجره من الخ. إنك تبغ هذه خطوط مني شعرت بالخلق أو انوسر

## الخطوة الأولى

سوف يحدث امرى يشعرك بانفسك كذا يكون مثلاً إقنا كلمة مام جمع من

أدس

## الخطوة الثانية

عند سماع الأفكار سلبية لى بطوراً عنى رهنك ولعاب أنك حينئذ  
تكرهه، فإن رهنك من يتوجه لا الأسوأ ومن بين الأفكار السالبة التي تؤدي  
تسبب إلهام سيئ، على عيني سوف يسخر الحضور متى سوف تتعثر  
تحدث في حسي سوف يمشي وأدر نصيباً

## الخطوة الثالثة

عند الأفكار على باب أفكار سلبية لتفاديه تقوى على التنبؤ يستعمل  
في باب أن عصبه تصيب فكرة - لها من شأنها أن تمنع تأثيره عليك

## الخطوة الرابعة

معرض هذه الأفكار كتب إجابة بعد هذا فكرة سلبية، وفي أثناء  
السيارة يكتب ، تكلمه شيء مثل "عالم أنهم لم يسحروني، وأني  
- سوف تاتهم كذا يعني وحشي ما فعلوا ذلك فأنا أعرف في حديث مام  
الحضور يمشي جهداً عصبياً بالسيدة إر الكثيرين وعدياً سأجد من يقضاه  
عني . شعرت بنوم

لا يصدق كل فكرة نظراً على ذهنك ففكرة ليس لا فكرة وليس  
حسية وبعد قرر الفكرة ، عتمدت على عقل مدح عن المنع بعدها  
عند - بطور غير دقيقة ، ولذلك ليس هناك ما يدعو تصديق كل فكرة تصرا  
على ذهنك وبإمكانك تغيير هذا المنع وبذلك بعد بعدها على بدونه  
من خلال توقع الأحمس

## الوصفة الثانية

### استخدام التخيل الموجه

من المهم أن تُفهم بعدد متعددة بحيث تتفهم بمستوى المطلوب من "صحة والاسترخاء"، أفضل طريقة لتحقيق هذا هي اتباع نظام استرخاء يومي. ففهمنا على مر السنين يوضح يومياً في تسريع الجسم على الاسترخاء سيكون به فوائد عديدة تشمل على تقليل حجم التوتر، وتحسين ضغط الدم، تقليل التوتر، ولا نعصر. ولتحسين الحياة بوجهه فالتخيل الموجه منسوب رائع يستخدم بشكل يومي.

لتفهمنا بحيث من مكان هادئ يمكنك أن تكون فيه وحدك مدة دقيقة يومياً. جالس على كرسي مريح يمكنك أن تستلقي على ظهرك إذا أمست اليوم، وسرير عظيم على أن يكون هادئاً حتى يمتلئ عقلك بالهدوء. وأما أسهل فمرضاً فمثلاً، فأكبر هذا مثال في العالم يمكنك أن تشعر فيه بالاسترخاء وسعادة "فحين يكون" تخيل مكانك المفضل بجميع جوانبها: مظهر من تروق، تزيين، رؤية، وسماع ما تريد سماعاً، ونشم وشنوق وسماع ما تريد، وكله كان حبيباً جيداً، سيطعت أن يخطر في ذهنك ما تشاء من الأفكار السلبية، أريد به. ولا تبتعد فيها. وعد تركيزك على جانب واحد نفس بعدة وضيق وهدوء.

## الوصفة الثالثة

### جرب الفحص البطني

نفس بيعة وعقل على أن يكون معكم اهتمام من البطن وهذا واحد من السمات الرئيسية التي تعلمها المرضى الذين يعانون من اضطرابات هلع حيث أنهم هم حقيقةً يهتمون من بهلع يحملونها معهم. وكنت لهم في ليدرة مزاجية، الروشتة عندما تشعر بقية التي تأتي.

• نفس ببطء

• نفس لأفكار السلبية سلبية التي تقوم غير استيقظ يستيقظ

• لا تترك اهتماماً بالعلم



• وإد أم نطخ لاسرنيحيات اسابقة نديوب سدوه ادي وصفته  
نظري

لنفس حرة، عليم من توصفه، رلهدف من الشمس هو حصول علي  
لاكسجير من بواء وطير، ثاني اكسيد نكريون، وكس مرة في حبيبتك محتاج إلى  
كسجير لكي يؤدي وظيفه، وخلال لح بشكل خاص حساسة هذا  
لاكسجير حيث، بها صوت بعد أربع دقائق من حرمها، يده إذا حدث تغير  
يسط في مستوى الأكسجين في ليح، هين ذلك من الممكن أن يحدث تغير في  
سنتغر الشخص وسفره، وعندما يعصب شخص هين من يودي إلى غير  
سنة منه في لحار حيث يصبح شخص سريعاً، وسجيداً وهو يسط غير فعال  
حيث يؤدي إلى أنه نسيه لأكسجين في دم لشخص عصب، وبالتالي ين في  
سج، هذا يزيد من الحساسية، والاندوخ والأزديك وليس لسلوكيات السلبية  
مثل الصبح، والتعبيد، أو ضرب الآخرين

نعلم كيف تنفس بشكل سليم، وجرب التدريب التالي  
احس عني كرسي، مخرج أعصر عيميك ضع يداً علي صدرك والأخرى  
على مظهرك، ثم قل علي مدى عذبة، فلو بهجس، يفتح اسفس  
هن ثنفت معظمه من اسفس أم من البطن، أم منها يداً  
وألوان اسفس يؤثر عني مشعر شخضو حظه باعثة هن لاحظت من  
من رصيف بشمس، أو حتي جروا صغر، د نحد ن رصيف و جروا يمس  
من بلك بشكل كامل كف ندر حركة بعد لأعلى بشكل كبير وضع هن نحد  
معظم ليعين يتفسون بشكل كس من الجزء الأعلى من الصدر  
وكي أصبح هذا اسط سدي شمس أعده موصى كيف يحدون إلى  
حرة في اسفس ليعني ليعني، وعميق ويوجد في مكاني بعض معدت اسديه  
الاسرعيه الحوية، سيقفه نبي سسجد مقويس اسجد في ليس الشدة  
شسفي حيث اقوم بوضع مقويس حوب صدر شخضو ومقواس اخر حول  
خطه وتعمل هذه معدت شس ليس حركة اسفس واسفس هذه دخول وخروج  
نفسه من ورو جسمه فعدا يفسه بهيف (بالسخدم عضلات السجدي  
لحاجي) وأكس الشهيق هن هن هن شس أن يعطي يرتقير مساحه تتعدى



عندهم أن يرموا بهم على هذه السكة على تلك الكفة وقد وجد لها شريب بسيط ثلاث زلفة حيث حيث مطاوع على في ضعف م. ويوزن حصلاً - بنى مرفه

ويستخدم للمزج المعطيسي الذي على مصدر قوة طبيعي يمس على تهدئة بعد المعوية وهو مصدر لا يتم كثير من وجوده. وهذه القوة الطبيعية يحدث داخل حيث تكمن في مركز على تركيز يقابها كثير من لا يدخل في استخدام المعطيسي هذه طبيعة فهي حالة معوية يدخل فيها وتخرج منها ومن بين مثلها استوم معاطيسي التي يحدث بشكل طبيعي في المعدة المعطيسي أنه يمر في الجزء العلوي، وفيه يتغير الإحساس به حيث أنه يتغير وبعده كم من مرة قبل أن يدخل في المعدة. ولم يذكر من لم يورد به في متى حيث ساعد، وأخست أنها مجرد عشرين أو ثلاثين دقيقة. وبعد الإحساس بوقت هو من بعد سيرة لحالات معوية المعطيسي كم مرة تحدث فيها في قراءة كتاب، أو مشاهدة فيلم جيد لدرجة جعلت الساعين تمرر وكثيراً ما في هذه الأحوال، يزاد تركيز المرء بشكل يجعله يدخل في حالة من استوم معاطيسي

وحيث أني على بشكل طبيعي من نشاط رشح في بعد القعدة. وهذا يجعل لي ميل نحو تلك كفة منه التي قصتها كطبيب مقيم مصراً يريد من عن وعندما عملت بوحدة "معدة مركزية لرحى قلب" كتب أحد معويته في يوم ليلة جوف على امري الذي هو على رعيتهم وروقي في اليوم التالي لم يكن يرد الأمر لا سواً وكنت قد سمعت التوبة معاطيسي ومطاب في تلك الحب لم كتب أمريه على مرفه، لأنهم على الإزعاج عن مدخلين وتدخل الزور، ولكنني به فكر في أن طهق على نفسي، حيث كنت في قعدة - طهق بعد يمر شيء استمر كثير للمزج المعطيسي وابتداء معاً في وقت مدحرك أحد مرفه وجد صعوبة في النوم وطب من أن عطية سواً وكنتي وجدت أنه من الأفضل أن استخدم المزج المعطيسي معاً يحدث مع هؤلاء وسعد في نام وغدت بعد بالزور في صباح اليوم التالي ساعتي مرفه عما سمعته و ساء عندما لا أكل في لستسني ولذلك عندك

استوم الفعاصي لثاني ووضعت له هذه وصايا لنوم ثم تروح لي أن صوم  
 استوم مع طمسي انسي على نفسي لاكتشف به خائب، كثيرة من هو لا  
 مورد تتحسن به ربة وقد وصلت لرحله ستصحت فيه أن أنوم نفسي في أفن  
 من دقيقتك ريك من خلال أنوم بسيد من سايك لنوم معاصي ستي  
 ونوم لجيد من شبه من يساعد على تهدئة النفس أما لحرمان من أنوم،  
 فبريد كل شيء، سواء

أما هذه - سهلة للنوم الفعاصي استخدمها أن شخصياً خصص  
 فبريد ثلاث طرق لفرة من ١٠ دقائق خلال اليوم الأول وقد سجلت  
 اسب لثاني

## الاسترخاء

### الخطوة الأولى

جس على كرسي مريح وضع قدميك على الأرض. وسيد على  
 فبريد

### الخطوة الثانية

حدد بقدم على حائط تكون فوق مستوى عينيك بقليل ركز في هذه البقعة  
 وأنت لركيزك من بيده إلى عشرين لاحظ أن تستمر خلال فترة وجيزة بتأخر  
 في جفونك حين تستمر عينيك وحتى إذا تستمر برغبة في ذلك عندما يبع  
 ثمة غلب في عشرين

### الخطوة الثالثة

بعد ذلك حدد صد صديق قدر إمكانك ثم أخرجه بيده شديد كبر هذا  
 ثلاث مرات ومع كل نفس دحل مستمر ببطء وصبر. وهب يرتحل وتخرج  
 أنت مستيقظاً وهواً ومع كل نفس خارج استمر ببطء وصبرك وهما  
 مسترخين وبما قل يكن نومك وكل شيء يعرفك عن الاسترخاء في هذه الرحلة  
 سجلت أن هدوءاً بدأ يستبد

### الخطوة الرابعة

بعد ذلك ضغط على عضلات جسيوت بأن نغمضهم بشدة قدر استطاع.  
بعد ذلك هذه العضلات تسرح رقب حجب به شعريه من اسفوحه في هذه الحركه  
من اجل ان اسفوحه عضلات الجسيوت قد منده لمخيلات اوجهه ثم لأشع نعو  
نرمده انكثتين. ولكن غير ثم لي صدور ويعد هراء لجده وجميع  
عضلات سوجه وأحد موثر الاسفوحه من عضلات جسيوت ثم تمشطلي بشكل  
بلازم حتى ينص او عضلات نغمضين

### الخطوة الخامسة

بعد ان شعريه اسفوحه في جميع اجزاء جسمك، نحس بث في على سلم  
محركه على حتى قد اسلم وبعد في اسفوحه وقت تعد بيده تدولياً من عشرين  
وحركه و تصل في بداية بعد شعريه في المعب بالاسفوحه شديد.

### الخطوة السادسة

سليط به عدهو في شعريه عده حطوب، ثم رجع في اسلم محركه.  
في صعود واسم بعد عده حتى رافد عشره عند وصل به فتح  
عقب ر شعريه الاسفوحه والانعاش وليقطة الشديدة  
وتسهيل تذكر هذه الخطوات مذكر الكلمات الآتية

ذكر (أشع شعريه)

نغمض (انغمضاً حبيطه وبهيته)

مشط (اسفوحه) يتبع لعضلات

مول (اسفوحه على اسلم المحرك)

اصعد (اصعد اسلم محركه وفتح عبيطه)

في وقت صعوبة في تذكر هذه الخطوات فإن قد يقتضي منك

سجونه وتكرارك بهدء رجب شاء سعادك بشريه

وقد بعد هذا في الحركه الأولى عند تصك مساحة أكبر من وقت

والعصر شعريه اسفوحه يجمعهم يدوم عده دقائق وما حدث قد لا يفلح، لأن

قد علامه جبهه حتى على أنت اسفوحه

وبعد ممارسة هذه الأساليب عدة مرات أصبح أسلوب التخيل البصري

### التخيل البصري

احترس من صلاتك معك بشعر فيه بالروح وبمفكك فيه أن التخيل بكن  
خواسك وملائق عدة ما يكون اشطى، فهذاك يمكنك أن استرخي وكذا أن  
اشطى بشر في مخبئي صور جديدة وهائل يمكنك أن ترى محيط وأمر  
برمال يتصبع قديمي، ونحن بالسموم ودفء الشمس على بشرتي، ونشم الهواء  
ساح وكأنا فوق جسدتي، وسمع هدير الزورق والأصاوج ولعب لأصعب  
وسكن في ملامح مثلاً حبيب أو حبيبتي ترى مذكور يجب في قضاء وقتك  
فيه يصلح أن يكون ملاك

بعد أن تحلل ليدية الله سحره تخيل نفسك في ملاك الشخص جد  
تخيل هذا ملاك بجميع خواسك عدة دقائق  
وهنا تبدأ أسئلة بعد أن تنتهي من خطوات الاسترخاء وتخيل نفسك في  
ملائك يكون عقلك على استعداد لأن يتغير

بد في النظر إلى نفسك كما تريد أن تكون، ليس كما أنت الآن ولكن كما  
تريد أن تكون، صم خطه بحيث يصح شيء لا يقل ٢٠ دقيقة في ١٠ من  
الغريب لمغير سمك الحياة وأدري تشعر معه بعزير من انطلاق وسوف ترى نتائج  
مدهمة

ومع كل جلسة احتر فكري، أو سودج أو حالة شعورية فتكون موضع  
ترتيب سمر به هذه لفكرة أو استودج أو الحالة الشعورية، حتى يكون  
الكتاب أن تتصور نفسك وقد تعصب فيها عملاً بما كتب تريد أن تشعر  
بعزير من الاسترخاء، تخيل نفسك في حالة من الهدوء، وليكن تخيلك بجميع  
حركات النظر لنفسك وأنت مسرّح تعان مع الآخرين بعزيرة سمك بالاسترخاء  
والإيجابية نحسن بيده من حوائك، سنشعر اتصالك وهي تسرخي، تتفتح  
بعزير بخراب مسرّح على جسدك شه الزواجر، سنشعر بعزير بكونك مسرّح  
من يديك شعر بالاسترخاء، جف حقيقته في حوائك يصبح خبيطة في حوائك

لماذا لم يشعر بالأسخطة مباشرة بعد هذا ، وتذكر أن التوبيخ الفاعلي  
في نفس سحر في عالمه في صبح في توكيز ومعارفه ، ربما فهو جدير  
بـ ... فيه في وسلك

ومن جدير بالذكر أن من يتردد من خبرتي أنه بعد الخروج من  
... بمؤيد الفاعلي يتعسر جدا ويشعر بالتساقط الفعلي شامل وهو ما يشير  
في حدوث حالة من انهيار ، في تشدد البعد للعددية

### الوصفة الخاصة

فكر هي قاعدة "٦٠/٤٠/٦٨"

والشخص الذين يعانون من مشاكل في تعلم الفاعلية غالبا ما يتصور  
أنهم في أسوأ من نصر الآخرين لهم وبساعة مثل هؤلاء لا بد من على  
موجب على هذا صيغة قاعدة "٦٠/٤٠/٦٨"

تعدد يكون الشخص في السنة عشرة من عمره ، مثله اطلق من نصره  
لآخرين لهم وتعد ينح لأربعين لا يوم أبداً بنظره الآخرين ، به ما بعد  
سنتين ، فبعد أن جداً لم يكن يعلم به على الإطلاق

تعدد على ما تقضي به في تلقى وتفكير بشأن بعضهم وليس  
تفكير في يوم في فكري فيه اليوم ، في فكري في أعمال  
... في فكري فيه عيب فعله ، وفي تريد فعله ، معاذ الله  
استدعى ما في في ومن سأكون معه؟ وكما في من ماله؟ وكما في  
في صبح في صبح ، وهو روجي تحبني أم لا؟ وهكذا فاعل  
مخوف في بعضهم وليس في ولدك عيب ، في أفكارك وقرارك في  
هذه ، وليس أهداف ولديك وأهدافك ورملائك في العمل

فأما مشاكل الذين يعانون من مخاوف مرضية اجتماعية أو في  
يكونون بمخوف وحده اراحه في لوظف الاحتمالية هو على بشأن نظره  
آخرين بهم ، في اشبه هو حلقهم في آخرين مستودعهم من حيث  
مظهر ولبس وكلام ...

وبهذا عرضنا بالذخيرة كيف يعرفون أن كل جهد بذله في حق من  
نظرة الآخرين بهم كل جهد ضائع تذهب، وكل ينكر بذله بشئ بناء في  
تحقيق أهدافهم

من ندري أن أكثر نوع خوف شيوعاً في أمريكا هو الخوف من الحديث  
"مع جميع الناس" ولدى مرضى الخيرون أنهم يسجلون في مواد كلوتهم، لأنهم  
مضروبيهم مع الفصل ويقتوا كلمة وهذا الخوف أساسه الخوف من رأي  
الآخرين فيهم، وفي أسلوب عرضهم والأشخاص الذين يخافون من الحديث أنهم  
مضروبيهم ما يعرضون من سيستمونهم سوف يمشرون منها أو يندفرون  
أيهم بشكل سلبي ولكن الحقيقة هي أن بعض شخصون ربما حتى لم يستمعوا  
فيها وذلك لأنهم مشغولون بأشئ بشئ لكثرة شئ سيستونها، أو بشئ  
مشغولهم بحديثهم من يستمعون فعليا لا يسمعون أصح سمعهم، لأنهم  
يعرفون من خلال تجاربهم بحديثهم مدى صعوبة الخوف من جمع في لقاء كلمة  
الوقوف من الحق بشئ نظرة الآخرين من إن تكون لأشياء شئ تذهب  
ولأنشأ مهمة في حياتك هي الأساس في تحديد أنك تذهب، وقراءتك، وهذا  
وإن لا أذهب هذا، أن يركز الإنسان حول ذاته فيعطينا يرغب في أن يرى  
نفسه في علاقات قائمه مع الآخرين وأن يكون قادراً على مساعدتهم ولكن لابد  
من نمي سلوكك على ما تعتقده أنت وليس على ما تعتقده الآخرون

### الوصفة السابعة

#### تعلم كيف تتعامل مع الصراع

إن كانت العلاقات بين الأفراد تتطور بسبب مبدأ السلام بين شئ من  
هذا يتصلب من غير العلاقات بين الأشخاص، فهناك أشخاص كثيرين يخافون  
من الصراع مع الآخرين بشكل يجعلهم يمشون كل ما يمكنهم تجنب في  
حالات وهذا الخوف مرضي من الصراع يؤدي إلى مزيد من الصراعات في  
العلاقات.

واحدة من عدة مبادئ أساسية للأشخاص يخافون من الصراع



كذلك "مارة" تسعى لأن تكون أم محبة لطفلها، من جعلها لتتأكل دائماً من موائد عصب ابنها البالغ من العمر أربع سنوات، ولكنها حينئذ من شريد مسعور في هذه موائد خلال لعام داسي وقد أصبحت الآن تشمر دسجور وتستسلم لا شيء إلا للحفاظ على نفسها وسلامه

٢ "ويبي" هو عضو موائد داسي يعني من أن طفلاً في سن عشرة سنة قد عيه فكان يندد بان يوديد، إذا لم يعطه موائد، ولكني يجب أن يبدأ قصي "ويبي" لعام داسي وهو يشعر دسجور من شمس

٣ شعير "كيني" من هدت فجوة كثيراً بينا وبين زوجها (كارل) وكانت شعور أنه يحزن دائماً أن يحكم بينا وأنه قد يعاسها مدالة لأطفال وكان دانه الشكوى من كثرة لعنفه من داسها وصداسها وعلى الرغم من شعورها بالهزين، إلا أنها لم تعبر كثيراً عن هذا لأنها لم تكن تريد الشجر. ولكنها وجدت أن بينها وبين لم يعد موجوداً وكانت دائماً ما تشعر بالإرهاق والتوتر. كما كتب تعمل دسجور مع زوجها مع أصغائيه لا مع "كارل"

٤ عن "هيل" كملاحظ عمال لدى شركة (تقويت) مدة ست سنوات وخلال الأعوام الأربع الأخيرة ازداد انداد قشيت ١ "هين" وكان يحط من شأنه اسم الآخرين ولم يقل "هين" شيئاً جهال من بحرفه من هذا وجهيه شعور أن خصامه قد قد رداد وإزاد قبوله استحوذته في موائد ولقد هدمه بعضه

بما عرفت تسميم موائد غضب لأهلها وسمح شخص "خو" من داسه طرد و يتحكم قيد فإن هذا يحجب بشعر بمشاعر سلبية جداً بعض هياتر تقير داس لفيها وجهار ملاقنتا مع لفرق الأخرى إنما نعلم الآخرين بعدة طرق كويها انحصار منها، وذب من خلال ما سمع به وقد لا سمح وحتشور من الصرح يعسور الآخرين أنه لا بأس في أن يظلمهم، وأنه من يترتب على سوء سلوكهم أي نتائج

وكي يكون ما قوه شخصية في أي حاله. لابد أن يكون حبيب رغبة في أن  
 مدافع عن نفسه عند معصاة صوره وهذا لا يعني أن تكون قساة أو عدوانيين،  
 أنه في هناك حرقاً شمس باستقلالية ولود تستطيع من خلالها أن تكون حازماً،  
 وهذا شيء ضروري

١- لابد من مبره على بطور اسي مستخدمين لأشخاص الأربعة في لاملته  
 حبيب حبيب مع موقعهم بطرق أكثر إيجابية توفر لهم مزيداً من القوة  
 والحكم، وتجنب لهم بقلته اعطى في تحديد مسار حياتهم

٢- "المبررة" من حبيب أن يصح له عدة إذا انتاب إليها ثوبه هصب  
 ليحصل على ما يريد وهي ألا يحصل عليه بوزن أي استغاثت  
 فاستسلم بارة لتوالت فصب بما عنه أن يمتد في هذا وجه  
 لم يأت إلى الإصور بعلاجه مع به فحسب من جعبه يصح فيستط  
 وكثير مطالب من الآخرين وهو ما أثر على قدرته في إقامة علاقات  
 جده عنه مع الآخرين وهذا مستبعد بارة أن تكون خارطة  
 الإصور ومعدته في تصرفات، سوف ترى ما يصح إقامة في هذا  
 وجيرة

٣- واستلام يعني "علم" أن سلوك الخوف لا يأمن به ولو أن  
 من يصاب به فيفكر حتى لو أي هذا بصره لكن قد أنص من  
 فيه عام فليس من ثم ومنظمة استبداد من بصره أشخاص لا  
 يمكنهم من البصر، بهم يستخدمون سلاح الخوف، ولكن هذا  
 يكون لديهم اهتمام بالصرع الحقيقي

٤- لقد راعى "كيني" في هذا سريحي يتجنبها الصرع في مرحلة  
 مبكرة من علاقته بـ "كوب" واستلأبه بسلوكه في هذا الوقت  
 المركز عنه أن يس من الصعب أن يتحكم فيها وتقصي به بعد  
 هذه الأوضاع صعب جداً، ولكنه ضروري لانه علاقه وأعرف  
 الكثير والكثير من الأشخاص الذين استخدموا بعد أعود من الاستسلام  
 - يدافعون عن أنفسهم ويعبروا علاقاتهم وأحبب ما يقتضي الأمر  
 حدوث الصعاب (الذي) ليحسب أكثر بصره ولكن حيث .

يعرف ر من مدح وجوده من يحكمه فيه في علاقة الروح هو  
لاكتساب وانعدام الرغبة الجنسية أما إذا دعت من نفسك بشك  
حارم ومن صورة فإن هذا من شأنه في انفسه أن يؤدي إلى إتمام  
حريته الروحانية

١ لقد صارت "حريته" من قوته حرة من كل تثبيت من يستهيى به  
بأنه الآخرى، ويصر هذا من يستحق أن تتخلص من أجله الألام  
من صيرته ومع هذا فإن معظم الأشخاص يعتقدون فيه - عرضي  
مؤراهم بشك يشتم بالأحرار، فإن هذا سبب من اختلال  
عقليتهم من قبل هؤلاء الذين قد دعت من نفسك بشك  
معتدل يحدث أن استمر سرور لا نهاية به قد حال وقت  
لا تحدث لك من رغبة أخرى فالاستمرار في رغبته تكررها سوف  
يجعلك تصبح سوب من حريته

و حرة يعني أن يعبر عن مشرب بطريقة صريحة، ولكن في نفس الوقت  
منه بالاعتقال ولا يعني قد من يكون قس أو عربي، وأليك خمس قواعد  
لحريته هي أن يكون حار من نفسه

- ١ لا تستخدم تعصب الآخرين لمجرد أنه يشترك بعدم راحة
- ٢ لا تجعل ر - الآخرين تؤثر على شعورك بذلك ولا بد أن يكون رأيك  
هو الأهم ولكن في حدود
- ٣ أن لا تعصبه - ودعهم عما تعتقد أنه سواب
- ٤ صيقلو على نفسك وسلوكك
- ٥ كن ودود مع الآخرين - وأنك الأهم من ذلك أن تكون حريه في  
نفسك

ذكر لنا عدة لآخرين كيف بدلوته ففقدوا أنفسهم لعشيقهم فوجد  
منهم بطريقه التي يحكمون - وقد وجدت حرة على موقفها بشك  
منه ومن صورة - قد يحصل لآخرين برأى من حرياتنا وعالميتهم على  
ف لا ر - لا يجب لآخرين ر يمشي بعونك قوة طويقة، فالتسجد  
سواء مدومة يحميه دائما من حريته، است بالحرم ولكن سوب من تثبيت على

موقف المتورط على جريمة جديدة في القصاص معك كما ان هذا سيعبر على  
مبدأ تعدد القاعدية

## الوصفة السابعة

### فكر في تناول أدوية العقد القاعدية

عالمياً ما يكون لأدوية القاعدية تأثير كبير في حال استخدامها مع الأدوية  
القاعدية و منها دواء Valium (diazepam) و Xanax (alprazolam) و ativan (lorazepam) و  
serax (oxazepam) و tranxene (c. lorazepate). و هناك دواء Valium  
منشور في مجلة الطب و قد طبحت مركبات (البروبيديرين) من دواء  
على شهيرة التورط على مدى عدة سنوات و من بين هذه المركبات Valium  
(diazepam) و Xanax (alprazolam) و ativan (lorazepam) و serax  
(oxazepam) و tranxene (c. lorazepate). و هناك دواء  
منشور في مجلة الطب و قد طبحت مركبات (البروبيديرين) من دواء  
على شهيرة التورط على مدى عدة سنوات و من بين هذه المركبات Valium  
(diazepam) و Xanax (alprazolam) و ativan (lorazepam) و serax  
(oxazepam) و tranxene (c. lorazepate). و هناك دواء

منشور في مجلة الطب و قد طبحت مركبات (البروبيديرين) من دواء  
على شهيرة التورط على مدى عدة سنوات و من بين هذه المركبات Valium  
(diazepam) و Xanax (alprazolam) و ativan (lorazepam) و serax  
(oxazepam) و tranxene (c. lorazepate). و هناك دواء

منشور في مجلة الطب و قد طبحت مركبات (البروبيديرين) من دواء  
على شهيرة التورط على مدى عدة سنوات و من بين هذه المركبات Valium  
(diazepam) و Xanax (alprazolam) و ativan (lorazepam) و serax  
(oxazepam) و tranxene (c. lorazepate). و هناك دواء

منشور في مجلة الطب و قد طبحت مركبات (البروبيديرين) من دواء  
على شهيرة التورط على مدى عدة سنوات و من بين هذه المركبات Valium  
(diazepam) و Xanax (alprazolam) و ativan (lorazepam) و serax  
(oxazepam) و tranxene (c. lorazepate). و هناك دواء

والمزيج الأخير من الأدوية التي تساعد في علاج حالات الاكتئاب الحاد هو "ريسبيريدون" (Risperidone) Risperdal و (thioridazine) Mellarin و (haloperidol) Haldol و "هالوبيريدول" مثلاً. انجستيد بهذه الأدوية، صممت أن تجعلها خياراً الأخير أما عند علاج بعض، فهذه الأدوية ربما أن تقلل حياة الشخص.

### الوصفة الثامنة

#### أهم بتعنية العقد القاعدية

يكون من قبل أن وصفنا جهاز حرق السموم في نوعية الأكل الذي نتناوله. إن تأثير مهم على مشاعرنا، وربما كنت تعاني من مشاعر وبداية القعدة والتلق، فمن الأفضل أن تضع نفسك نظاماً غذائياً متوازناً يجعلك تشعر بحرق يقوم به جهازك وذلك لأن نقص السكر يحدث من حدة عنق ما. إن كنت تعاني من انخفاض نشاط العقد القاعدية، وتضعف استجابة مسوية يحدث نظام غذائي تزيد فيه نسبة البروتينات وتقل نسبة الكربوهيدرات. وهذا لتعطي بعض طاقة أكثر أثناء النهار. ومن جهة أخرى، نقص نشاط من تدفيعهم. وهذا لأنه قد يزيد من القلق والقلق عن (الكحوليات) منذ أيضاً في هذه الحالة، وعلى الرغم من أن (الكحوليات) نفس نسبة انبعاث على مدى بعض، لا أن الانسحاب يجب أن، ويجعل الشخص لتلق أكثر عذبة (بعض الكحوليات).

كما أن هناك بعض المشكلات الأمتاب يمكن أن تساعد على علاج اكتئاب. كما يمكن أن يكون لها تأثير مهدئ على بعد انطاعيه. ومن مثله هذه المستحضرات (مستخلص من نازد و أعشاب لدرين) ومن بعيد أيضاً في هذا الشأن تناول فيتامينات ب، وخاصة ب٦. جرعت من (١٠٠-١٠٠٠) مسحور، هذا تناولت "ب٦" بهذه الجرعات، فيلزم أن تناول جرعة مكمله من مركب ب٦ كما وجد مرضاه أيضاً أن، وألح أربوب أساسية (النبووح) من م. ب. تأثير مهدئ.

## نظرة في أمثلة الألفاظ والأنواع

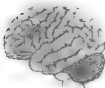
### قشرة مقسمة الفص الجبهي

وعند قشرة مقدمة الفص الجبهي

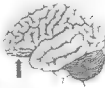
- عدى لأشياء
- إشارة
- تكوين لأشياء
- لتحكم ولإشباع
- تنظيم
- لرقابه ولإشراف أعاني
- حل المشاكل.
- التفكير العملي
- استشر لمسبق
- تعلم من التجارب
- تقدر على شعور بمواقف والتعبير عنها
- تتفاعل مع الجهد بطرق
- لتقصر العاطفي

قشرة مقدمة الفص الجبهي هي أكثر أجزاء دماغ تصور وهي تقع في الثالث  
أمامي مع نصف خلفيه. ويضم عديد إلى ثلاثة قسم لقطع الخلفي  
خلفي وعلى سطح خارجي عشرة منطقة عشر جبهي، سطح لسفي  
محوري نسي نصف لسفي الأمامي من الخلف، ونصف الخلفي، والذي  
محوري حوض المصنوع الجبهي، وغالب ما يعتبر التليف حوضي جزء من  
أجزاء بطرق وسوف مدونة مبررة في فصل خاص به، في التليف بخلفي  
أجزاء. و سطحي محوري فيطلق عليهما في أعالي مركز التحكم بعدي  
بالحس وسوف يتناولها في هذا الفصل وسوف أثير بين ما هو معروف من  
وعند نصف إنا أقصى الأمر ذلك

# فشرة بقعده العن الجديهي



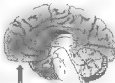
الجزء الخلفي الجديهي  
مشر خارجي



الجزء الخلفي الجديهي  
مشر خارجي



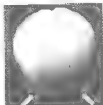
الجزء الخلفي الجديهي  
مشر سطحي ثلاثي الأبعاد



الجزء الخلفي الجديهي  
مشر سطحي



الجزء الخلفي الجديهي  
مشر سطحي ثلاثي الأبعاد



منطقة بقعده العن الجديهي  
مشر سطحي ثلاثي الأبعاد من العن العن





مساعدة وثيقة كثر بحث ويوفر فيه كثير من الفن الذي كان يستمر به  
 لغة اسلوب مدبر بها لشرح انه الصواب الذي اذبحه في هذا الجزء  
 فلا يعلم من حذات المصفي وعاد ما يؤجر لأعمال حتى اللحظات  
 الأخيرة ويظهر هذا واضحاً لدى الأشخاص الذين يجدون صعوبة في النعم من  
 جبريم وبالنسبة يخلوون أخطاهم وتصرفات مثل هؤلاء الأشخاص لا تكون  
 نتيجة عن اسخريه بل تكون نتيجة الحجة بعد لاجلها جاهد وولياتهم الآتية.  
 وهذا الجزء بعد (وحده بجزء خلقي لاجلي) بعض على تطويل مدى  
 الاسد فهو يساعد على تركيز على مجموعة المهمة وسبعاء معلومات  
 (حساب غير لهما وبدي الاقوة أمر أسدي في تنعم وإسكرة مدى  
 سحر بعد جزء هو خلال العديد من الانصاف: آخر مع مساعدك على  
 تركيز والاستمرار في فعل حتى النهاية وذلك لأنه يرس يشارت مهنة  
 الجزء الحسية والخرقية في مخ مدد تكون بحاجة تركيز. ويقل مشقة  
 من شيء من جزء مع لآخرى وعندما يكون هناك ضعف في نشاطه  
 ح. يصبح جزء سريع المشقة (وهو سقافند لاحقاً عند تناولنا لاضطراب  
 تصور الانسداد)

وفي الجزء بعد (وخصوصاً الجزء خلقي منه) هو الذي يجعل شعور  
 ومبرر عن مشاعر شعور بالسعادة والفرح والحب وهو حبس في  
 مشاعر من جهاز الحرق فربما كان الجهاز الحرق يتحكم في الحالة  
 الجنية وروية الحسية قال الشرة فسر على توجية وظائف الجهاز الطرفي  
 في مشاعر وعواطف وكلمات معنوية كالحب والوقية والتكرار وضعف نشاطه  
 هذا الجزء أو بلفه سب. م يصعب الشدة على تعبير عن الأفكار وشاعر  
 والتكرار والنحو في الاسدع أمر يتأثر بشدة بفترة مقدمه بعض  
 لجسيم طاعته على التفكير في نتائج اسلوب كأي يكون هذا الصوت حقاً  
 في التعامل مع عقل أو مع عقل صعب ابرام، أو إس. دل و لتقدير  
 في طرف سريع هي أمر ضروري لكي يكون فعلاً في كل وجه حيثك تقريباً  
 س. أ. بعض هذا جزء مثلي جيد ليشعر من يصعب أن تتعرف بشكل  
 سنن ومدرس ويمكن أن يسيطر حيث الاسدج



## مشاكل مقدمة الفصل الجبهي

- فحص مدى لائقة
- سرعة التفتت
- بعد متابعة
- مشاكل في التحكم في الامعاء
- حركة عرقه
- تأخير بصر، سوء بارز ابواب
- عدم انعطاف
- بلد اعطاف
- الإدراك لحاض
- انعطاف في إصدار الأحكام والآراء
- صعوبة التعلم من تجارب
- مشاكل ١ - كره لدى مصير
- الفقد من الموقف الاجتماعي والامتحانات

والشكر في جزء اعني العدمي من فترة مقدمة الفصل الجبهي علما  
ما يري في محاسن مدى لائقة وسرعة التفتت، وضعف استجابة  
مدى وحسن سرعة محبة واللامبالاة، وضعف التعبير اعني ما  
يتأكل في جزء اعني محزون ثوي في ضعف التحكم في الادعاءات،  
حدوث مشاكل في التحكم في سرعة الترجمة والانسحاب جزءا، بجملة  
عربي وضعف لبا، لاحتشام وضعف التحكم في صوت

والاشخاص شبه معروف من مشاكل في فترة مقدمة فصل الجبهي حيث  
ب يعطى ثبات سموي عليه بعد لب لب يشير الى وجود مشاكل في التحكم  
في الامعاء كلب فهم يحسون من مشاكل في مدى لائقة وسرعة التفتت  
ب مسوي وسوء التحكم على الأمور بالإصاحة في مشاكل التعبير عن مفهوم  
ب حواف التي تتطلب تكرار والتحكم في الامعاء بصرق مرعب علما ب تكون  
مشاكل فترة مقدمة فصل الجبهي حجر عثرة بالاسية بها وبما تكون أكبر  
مشاكل متعلقة بعد جزء اعني الاجتماعي وتكون الامتحانات والامتحان

بعض تركيزاً واسترجاعاً سمعياً وكثير من الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في عشرة نصص جبهية يعانون صعوبة في موقف لاتحادات لأبعد حدود صعوبة في مشهد هذا الجزء من مخ في من شعورهم منقطع، حتى لو شعروا جيداً بالتحال وبمثل هذا أن موقف الاجتماعية مطلب تركيزاً وتحكم في الاستماع والتعبير مع أشياء غير كيدة وصعب مشهد هذا الجزء من مخ يؤدي بالشخص أن أن يفتي أشياء جديدة ولا يجد ما يقوله، وهو ما يؤدي بشكل طبيعي بـ عدم شعور بالراحة في موقف الاجتماعية

وعندما يعاني رجل من مشاكل في هذا الجزء من المخ، فهو مشاغل من بعض روجته بشكل من أنه لا يستطيع مشاهد وهو بذلك أن يؤدي هذا إلى مشاكل كبيرة في العلاقات. فهدك العديد من النساء مثلاً يصر أن روجته هي بزوجهم أو عدم شعورهم في حين أن السبب الأساسي يرجع إلى وجود مشكلة في عشرة نصص جبهية تؤدي إلى عدم تفهم مشاعر الزوج ولبدء بحفلة

### الاضطراب قصور الانتباه

يحدث هذا الاضطراب نتيجة خلل وظيفي عصبي في عشرة نصص جبهية وهي وفرة من قبل الشخص مصاب بهذا الاضطراب كما حاول الكثير من لديه مشاعر قسوة، مقدمة بعض جبهية بدلاً من أن يبتدأ، كما يحدث مع شخص مجموعة لحكم والأشخاص الذين يعانون من هذا الاضطراب تظهر لديهم عدة أعراض مماثلتها في هذا الفصل من بينها ضعف تركيز الانتباه، وانخفاض مدى الانتباه، وسرعة تشتت، وعدم النظام، وبموتة بـ ذلك على لوجه من أن نصف فقط من الذين يعانون من هذا الاضطراب هم الذين يرون عليهم مشاعر رائد ويشكل في التحكم في الاندفاع، وصعوبة التعلم من أخطاء الماضي وغياب التفكير استيق والتحكم

وكذلك يجب هذا الاضطراب عندما حصل خلال الخمسة عشر عاماً الماضية، ولجدير بالذكر هنا أن كثير من بين أطفال ثلاث بدميان من هذا الاضطراب وأقول ليس هي أعراض هذا اضطراب قصور انتباه كما يرد في أقره وقد وجد من خلال دراست SPECT التي أجريت في مونتري وبهاك تصوير مخ ودرجة على أجزاء أخرى من هذا الاضطراب وظيفي

الصل ويرتبط بشرة مقدمة الصدر بجديهي . وهو يعود جزئياً إلى وجوده في  
السان العصبي (دومير) . حيث يعبر الأعصاب المعروفة لهذه الاضطراب  
التي تربط مشكل واضح بينه وبين قشرة مقدمة الصدر بجديهي .

### كلما حاولت أكثر ساعدت النتيجة

وأخيراً ثم ساءت أوضاع الشخص المصاب بالاضطراب في صور الاضطراب ما  
جته في تركيز سائر موهبة . وفي أحدث هي . مشاهد قشرة مقدمة الصدر  
بجديهي بين يدي . وسما يمارس التواء . أو عرس . أو شرف . أو  
الدير . من ضغط على شخص يدي من هذا الاضطراب لكي يحسن من  
رب . ثم هذا الشخص في ثوب يصبح أقل فاعلية . وأغلب الأعم عند  
حدوث هذا . انهم من قبل . أو الخرس . أو الدير على أنه سوء سلوك  
معقد . مما ينتج عنه مشكل كثيرة . وقد أحيرني رجل مصاب بهذا الاضطراب  
بعد أن علمه انه كلما زادت موهبة ميره عليه لكي يتحضر . زاد سوء على  
الترحم من سعيه اجبر نحو التحسن . وذا كذا جميعاً يتحسن أدون . يندرج إلا  
التي وجبت . من المرح . من التمس . وحيون من يديون من اضطراب في صور  
الاضراب . هذا الشخص كذا . كلما . رد . تشجيع مثيره . به على التحسن . أصبح  
كثير ساء . ومثله في مدرسين ولولدين . والقشربين . وسر . يكون سبب  
سج . ولتشجيع أكثر . مذهب من ضغط . ولتشجيع . بين يديون من اضطراب  
الصور . لا تشجع . مذهب . قصي . حينهم في ظل اضطراب . التي . سبب . سبب . ولا تشجع  
ولا تشجع . استسبي

### قصص هذي الأنبياء

وهنا تعرض من معلومات الأساسية لهذه الاضطراب . ولتشخيص الذي  
يومي من هذا الاضطراب يجد صعوبة في بحكم على انه قد وجدته فترة  
طويلة . وسبب شئت الامتداد . كذا . به دائماً يترب عند . ويصرف مذهب . عليه .  
و غير شيا . غير مكلف . به . غير ان هذا شئت . سبب . به . يحرم . لا تشجع . له .  
ب . يستمر . بخبره . كذا . من سببهم لهذه الاضطراب . وقد . مشي . هو . ر . مصاب  
به الاضطراب . لا يشرب . سبي . مذهب . قصي . في كذا . شي . . . . .

لتركيز في الأشياء الجديدة، والتي تتميز بتغيير محلي، و منتهى أو الأشياء  
 جديدة حسب الأشياء، تتغير بعد تركيز من التركيز يجعلها نشطة فشرة عندما  
 تغير حجمها من بعض الشخص من تركيز بالظن انصب بهد لا تضرب  
 في يمين ولا يمين في مرفق واحد مع واحد في حين يحدث العكس في ظل  
 وجود في فصل يكون من ٣٠ سنة، فيبقى لدى بعض من تضرب قصور  
 لتنبه كل ذلك في بعض الساعات في وجب لا يصدق لا نصف ساعة،  
 وفي كثير من تركيز بحيث بعض شيء آخر، ومع هذا إن أغلبية مجنة  
 من الـ ١٠ أنه يتركها من وراء الآخرين ويترك كل نصيبه فيها والأشخاص  
 الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه لديهم مشاكل مستمرة منذ ولادتهم  
 تتسبب في صعوبة التركيز في الأعمال اليومية مستقلة عن توجيها لدرسية،  
 والأعمال اليومية والسريرية والأعمال اليومية وهذه الأعراض اليومية يشعرون  
 بوجود بعض سبب لبعده ولا يمكن فكك منها في حين أنهم بحاجة إلى  
 إثارة وإثبات للتنشيط فشرة مقدمه بعض الجبهية

يخبرني كثير من الأزواج والزوجات بأنهم من حين بعض حد طوي  
 بعدة من قصور الانتباه أن هذا الشخص في بداية العلاقة يركز سعاد مع  
 طرف الآخر في إثارة التي بعده في يحب الجديد بعده من تركيز  
 ولكن مع قلة شيء رغبة العلاقة كما يحدث في كل حالات تقريبا يجد  
 أشخاص صعوبة مرادة في تركيز بعده ومن قدرته على الامتثال

### سرعة التشتت

يكون هو قبل أن يتم، مقبلة الفهم الجبهية ترسب، شال - دبة  
 أجزاء أخرى من سطح الفهم حجم مؤثرات الخارجية بعد يتسبب الشخص على  
 تركيز ولكن بعد بعض شيء آخر، وأنه لا يقوم بدوره في ذلك الأجزاء  
 محمية في حيث بالتشكك الأمثل من يؤدي إلى زيادة شدة شيء التي لنجح  
 وقد في موقف جديدة يكون، فيها تشتت فشرة الشخص يتسبب بعصور الانتباه  
 ويحدث مثل وجود في الفصل: هذه لاجتماعات أو أثناء التحدث للروحة،  
 وفي مثل هذه مواقف يذكر سبب مثل هذا الشخص في ملاحظة شيء آخر  
 حين يجد صعوبة في تركيز على ما يتعرض تركيز عليه ويغير الشخص

منه ما يقصّر الانتباه في التطرف في إزاء الحجرة، وحسن ومن، وسين،  
يحدث عنه واقعة بمعية لا تنص بموضوع وسبب قصر مدى الانتباه  
بصفة تشبه هذا، لهذا، لا تحصر يحدث، وقد طويلاً حتى لا يعدم  
منهم

### الانذاعية

لقد حدث في لادعا، يوقع الشخص صاحب يقصّر الانتباه في  
مشاكل فقد يكون شيئاً لا يليق لولديه، أو عرسه، أو مشرقه، أو يملأه في  
عصر، أو حلاً، وقد ذكر في من فصل من ثلاث عشرة يمينه، لأنه كان  
يسرع في ثلاثة وسين برعه، في يملك في الاستمرار في العديد من هذه  
بوظائف إلا أنه كان يشو، ما ينكر عنه أقر، يعطي عنه فرصة لمعالجة  
مشكلة، وليس، أي لا أحد حسب من التفكير تربط أياً بالانذاعية شيئاً  
من التفكير في مشكله من جميع جريته، بعد الشخص صاحب يقصّر الانتباه،  
يبدأ حلاً سريعاً ويصرف دور التفكير سريعاً، كذا أن الانذاعية أياً شخص  
شخص صاحب يقصّر الانتباه يجد صعوبة في بناء عقول طبيعيه في عنه  
ما يحمله في غلب، يذهب لأعلى عقول، والعصر بدلاً من بناء النظام  
المتعارف عنه، وهو قد يؤدي في غلب ودلائل رؤسائه المتأخرين، ومن  
كما ينكر أن يولي الانتباه في كذا وهو، أول ما يطر عذره، ومرفقه  
بغير، وقد سجد كثير من ذنوا يشعرون بالحزب وانسب من هذه  
سبب

في محاسن من عاد، في أحيان، لأن من حصر من كم هذه  
الوجه، منكم، نجد منه كثيرة قد رجعت إيديها، وبعد ذلك أخرج سؤالاً  
آخر من من من، كان ما تعتمد في رجعت، هذا يضحك الحضور  
لأنهم يعرفون الإجابة، فاستمر أن وللا، "بالطبع لا لأن العلاقات تتطلب  
حضور"، ومع هذا نجد من العديد من المتأخرين يقصّر الانتباه يقولون أول ما  
يجوز بأنهم بدلاً من الانتباه في هذا، تحدم جروته غيرت من الأمور  
من، في تقصير المدح يمكن أن يفقد مية، و حارة يمينه، أسمع، و حسن  
و ج كاريلاً

## السعي نحو التصراع

يسعى العديد من مصابين بقصور الانتباه إلى الصراع كوسيلة لمخبر فشرة معدمة عن جديهي وهم يفعلون هذا برون وهي ولا يحفظون له. بر قد يتكروا هذا ولا عدم السعي حشيط وتعبير فشرة مقدمة بقصر الجديهي لدى هؤلاء الأشخاص يطلب المزيد من تنظيم مخ ونشاط العرف وتقس. ويتكوى هي من بين أشكال التحفيز الذاتي وهناك طريقة أخرى يستحدثها الشخص مصاب بقصور الانتباه لتنشيط مخه ألا وهي إحداث ضجة وهيكل قد منفع هذا الشخص أن يترن ولديه أو يجعلها يصيحان فيه من هذا قد يره من شاعر مصور لامتابة ويساعده على الشعور بمرور من لتركيز ونقول مرة أخرى د هذا الأمر لا يحدث عن قصد، وفي يبدو أن العديد من الأشخاص مصابين بقصور الانتباه يديسون إحداث هيجن

وقد عالجت رجلا ش. س. ب. يقف خلف زاوية في لفرك يفرغ زوجته سيدد سر به ولا كن يحب 'شحنة' التي يحصل عليها من جزء صرخات روحته ولكن على الجانب الآخر بدأت لزوجته بدني من اضطرب في نوبات قلب يسبب تكرار فزاعه ه. كما عالجت 'بص' العديد من البليغ والأطباء كانوا يحدون أنفسهم من أن يراخ هيدوسهم لأليفه بانعف معهم بقسوة و

مخ حظه

وسبب آباء الأطباء من يهوى من قصور الانتباه أن 'تعالكم خيرا' في إراخهم. وقد كتب في م بها حينما تستيقظ في الصباح بأحد عهد عبي عبي نصب لا يفرح و يفرح من بينه ليبلغ من عمر ثمانى سنوات، ولكن مع حلول موعد زواجه يضرب يكون قد زعم ثلاثة شجرات بينهما تجمع كل منهم بظهر يمشعر عليه لعابه وعند شروحت بلام حجة بطل لاشعوره لتخبر بانعف من الصباح فيه فعدده يتوقف انوار من مد العمل بالتحصير سسني (صراع، المحاصرة، والحرب) ليح يفل السلوك السعي لدى لاعفان، ولذلك هيك متى شعرت بوهبه في الصباح في أحد اطفاك أن تنعج نصت من هذا بحسنه نصف هير لإمكن فأنك يهد على لأقر ساعد على كسر رفاقه لإحداث هيجان وخفض ضغط الدم لديك



ومن هؤلاء قتي يستخدمها لأشخاص الذين يعانون من قصور الانتباه  
 بحسب أنفسهم قلق وتركيز على المشاغل، فان هيجان انفعالي الذي يجمع عن  
 قلق و الانزعاج يمنع عنه أداء كيميائية يودي إلى تضيق مع وقد عاجل  
 من وراء سيطرة كوابل يعاني من الاضطراب وقصور الانتباه ومع زيادة كل حله  
 ذلك تقول في أنها تسمى نفسها وكانت تلاحظ أن هذا يجعلني قلق ويبدو  
 به كنت سمعتم برهوني بكيفية قلب نفسها وبعد مدة من الاستماع له  
 تركت به من قلبي نفسها وأنها تستخدم رد فعلي بجده كإجاب لتغيير  
 نفسها وبعد أن عرفت شخصيتها جيد قلب به حكمي عن الحديث عن  
 الانتباه أن لا اعتقد أنه مستحيل، أنت تحبين نفسك، ولما لا اعتقد أنت  
 ستتركهين . . . واعتقد أنت تقولين هذه الأحداث نوع من الهيجان والاضطراب  
 قصور الانتباه ذلك يجعلك تعلمين حبة وبعد تشير بشكله وذلك دون أن  
 تشعرى وهذا من شأنه أن يساعد في الحيلة وقد ترجعت سي في  
 لده (وقد خبرتها ر هذا مصدر آخر من مصادر الصراع، ونشبه ونفك في  
 بغير مدى جعلها على أكثر تسامح لي بمناقشتها وهذا كالم برأيه حله  
 معالجة بعد ذلك هو تغيير حاجتها للصراع

ويذكر استخدام القصب والاضيق العاطفي وبشاعر العصبية في التحفيز  
 كما يؤدى إلى مشاكله كثيرة تتمثل في الإضرار بجهاز انفعالي وارتفاع نسبة  
 (الأسريان) النجم عن استلوكيات التي تهدف إلى إحداث صراع يتل من  
 نسبة جهاز انفعال ويريد من حسيبه الأماله بالأفراص وكثير ما يرت  
 شخص يعانون من اضطراب قصور انتباه يصاحبه فوجر مزمنة كذا السحب  
 برام قصور في ساعته، كما أن تعديس بهذا الاضطراب كثير ما يصاحب بالأم  
 درسه في الصلوات وانتهت عطلية لوفيه، وهي أشياء ترتبط أيضاً بقصور  
 جهاز ساعتي

وقد ذكرتم . . . الانتباه يصعب بقصور الانتباه يبدون أو بصراع نظام  
 مع شخص أو أكثر في المنزل أو العمل أو مدرسة ويبدو مهم يحذرون من  
 وهي أشخاصا عنهم سمعتم ويحذرون معهم في معارك كلاميه وقد حيرني  
 بعدد من أهداف الأطفال الذين يعانون من قصور الانتباه يرغبهم في ترب

مصرهم وذلك لأنه لا يقيمون مصراع عام في خلافاهم بأنفسهم (والذين من  
 اعتادوا في بعض المدن يقيمون من هذا الاعتقاد يكون منهم من لا يخرج  
 لأخرين لأحد منهم و من سببه، وقد يؤدي إلى ابتعاد الناس عنهم  
 بعرضهم بعونه لأجانبهم، وربما لا تجد هذا الشخص مخرج لنفسه في  
 مصره و سماعه في مصر، وقد يفسد المصراع لسهولة وقوعه ما يفسد فيه  
 و عليه نفسي لعصبية witzelsucht وقد ذكر هذا المصراع أول ما ذكر  
 مع لوسر الذين يفتنون من قوم في مصر لعصبية واحدة في جانب الأيمن  
 من المصراع

### عدم النظم

وعدم النظم أو القوضى هو إحدى العلامات المبكرة بقصور الأذن وهو  
 يتضمن القوضى الكاذبة كالحجرة، وكتف، وحنفية، وكتف، ولسان،  
 ولحمية، كما يتضمن القوضى الرمائية ودا كرت، و كما أن عمر المصابين  
 يتصور لأنفسهم من الكاذبة عليهم فيها، إذ يجد منهم أكون من  
 أورو، من عصب عليهم بنظم لأشياء أورانية، كما يبدو أن من نظم خاصاً  
 في ربيع سماء لا يعبده سواهم من قبل لا يبدون هم من ما يبدون، لا عذاب  
 يكون في حاله بمسألة حادة، وكثير من المصابين يفسد لامتلاء سنانين من  
 المصراع، و يوجلون الأمور حتى الحجة الأخيرة، وقد عالجنا قوضى  
 كما هو من قوضى مصراع، وقد ساعدتهم على الاستيقاظ وذلك أن التحليل وجهه  
 من جيرانهم فيها كما أنه لا يفسد، بنائمه الوقت، من يورث من صرحهم

### يبدلون مشروعات كثيرة ولكن يسجلون منها القليل

من شخص من شخص من قصر لأنفسه من طاقة والحيوية ما يعينه  
 من بدء له من مشروعات، حينئذ قصر مدى لأنفسه وسعة اكتشفت يقدر  
 حصر عشرة من هذه المشروعات وقد هجرني من ردى حتى يحدت  
 لإداعيه من بدأ قبل عدم ما يعرف من ثلاثين مشروعات ثم يتم منها لا ثلثاً وفقط  
 في سبب أعوذ لأنفسهم هذه المشروعات تأتلف في فترة جديدة من ذلك  
 كما قال لي أستاذ جامعي أعاجبه من قبل من يائس من بدء ثلاثين  
 مشروع مختلف، ثم عصب واحد بعونه من ثم يتم منها لا ثلاثة

## التقلب المزاجي والتفكير المنطقي

يعاني كثير من المصابين بمتلازمة التقلب المزاجي وعصبية هوسية ونظر الانحداس نشاط عشرة مائة اعصر انجبي، فإنه لا يستطيع تهدئة الجهر الصري عدي يردد بنطقه. مما يؤدي إلى حدوث مشاكل في تفكير مزاجي قد لا يتفق مثل هؤلاء الأشخاص أن يذكروا بشكل مفرط على قدر سلبية شيوخ من الحفيرة عدي كذا فذكر من قبل (أنا) لم يجدوا الصراع الذي يدخلون منه مع الآخرين، حتى قد رجع أنفسهم وهؤلاء الأشخاص غالبا ما يثار لديهم موقف إساءة متعلبا وهو ما يحسن الآخرين ويتعدون عنهم

وقد كان يعتقد أن الاضطراب اثنين يشكون من الحركة البرودة يعانون من تصور في الآلية ينتهي بتوقعه وقد أصبح يعرف الآن بـ اضطراب الأشخاص لا شعور من حد للاضطراب بمرور الزمن، وأنه يحدث أكثر مع استبدال المصنفات ويندرج اسر يعانى من هذا الاضطراب في أمريكا بحوالي ١٦ مليوناً

### كث

ذكر "كتاب عمدة" عاب عبد جامي بعد أن فشل في النجاح في أي مادة خلال سنة فصور دراسية متوصفة في كلية لوتشدين، وقد كان يرغب في التحاق بكلية طب وقد حفره الجميع بأنه شخص جنون وكيف يتحوى شعبة طب وهو لم يستمع اسحاق في فصل دراسي واحد في كلية لوتشدين، بعد ما عاب به كدي Windows into the ADD Mind بدأت تسمى ما إذا كان كتب يعاني من اضطراب قصور الانتباه

وبعد أن عرفت قصة "كتاب" تصح لي أنه يعاني من اضطراب قصور الانتباه منذ ولادته فقد كان في خصائصه وهو يعاني من مشاكل في اللغة في مقعده كذا كذا جريح لال، والفتن، والوصوف كذا كان يصف من قبل مدرسته على أنه ذوق مستوى

وطب واد كث جزء دراسة SPECT لفحص دماغه وقد كان يريد أن يتأكد من أن "كتاب" أنه يمكن يبحث به عن مبرر حرمته في حياته وكذا

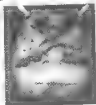
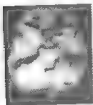
مع "كتب" طبيعي و حبة تسكين، ما هدف هدف منه أن يحلوا التركيز  
واقعت بشرة مقدمة الفحص الجيني عن الحركة

وبعد ظهور نتائج درسات SPECT وانكشف الاكتيبيتي وضعت به  
Adderalan وهو دواء محفز يستخدم لعلاج أضر من قصور لادوية وقد كانت  
استجابه كنت لتعالج طبية، حيث يحج و كن يواز في التقليل مرضي  
النالي وحالاته شهرأ نجح في الدرسات الأولية بالكيفية، وبعد ثلاث سنوات  
حصل على شهادة بخلو يوس في الأخيه وفيين في كلية طب وبعد عدة أشهر  
من تايان Adderalan حيث دجرا، دراسة متابعة على كتب وكف هو واضح من  
المرور، يظهر "كتب" فقط سيجديه إكلينيكية إيجابية، من ظهور لديه "يضا"  
وبعد في مشط خشرة مقدمة الفحص الجيني

والد غير موثف وبده حدود بشكل صغر حيث قال في "كنت عندك  
أنا كمون ولكنك أشعر بحزن عندما أفكر في كل تلك سموات التي كان يعاني  
فيها من مشكلة صبية بيده كنت اضنه كسولا لكم تعني أن يعود تلك  
الشيء"

و حرف شخص لديه سبعة مشاريع مجاريه، لأن هو ما يحتاج إليه  
لنشط مع ما عده من نشاط طبي، فإنه يشعر بعدم راحة والدته بعدم  
العام منقول مع بشكل لاشعوري من خلال الصرخ أو قهقهة أو لسجائر أوكلها  
منير مشوشة أو اعصب أو تسريع يلقح جهاز أو اعصب بأشعه بدنيه  
مستمرة مثل غير من لاكثر لوتهم يستخدم حين مطالبي وادي يقود بهده  
الرياسة لأبد من تصوير صفة)

زائير اصغر اب قصور الاسود على مع كنت قبل وبعد مرور Adderoll



مظهر نكتي الانباء لجزء السفلي

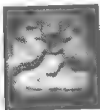
عند السكون لاحظ النشاط الجيد للعين

بشكل عام

أثناء التروكير

لاحظ التروكير محبته في نشاط قشره بقلبه

عند التحريك (الاسترخاء)



ثناء التروكير مع مرور Adderoll لاحظ بعض نشاط مع بعض عدم

اضطراب قصور الانباء هي الأمرة

يُعتقد ان في نكتي من لاصغريت النفسية بها تأثيرات واثية كثيرة  
من صغرت قصور لانباء سنده في هذا اشارة واثية حادة لاسرة كذلك  
علم حد

در "بوت" النسخ من اصغر ؟ عند قد جاسي في بهيمة، لأنه كان  
صاحبه صعوبة في به، عايد الاحمر في نكتة وكان يجد صعوبة في كد لوري  
سحال بعض الرسمي ولم يكن يستطيع التروكير في بعض كد كنت

رغمه محققه وذات ثروة فكرة ظهور من دراسة ويعتبر سري والده. ولكنه شره فكرة بوب لدراسة وقد قرب على التخرج وعندما كتب كتاب "روح بول" أخبرني أنه في بعض من لاكتذب بـ Prozac ولكن تأثيره في صعوبة: إنه أصبح دراسة SPECT نفي "أجريت على" بوب. زيادة في نشاط لحيث طرق (وهو من أعراض اضطراب قصور الانتباه) وقد ظهر بوب بعض الجبهي (وهو من أعراض اضطراب قصور الانتباه) وقد ظهر بوب سخائه كثرة التعديج دوني مكنون من مظهر لاكتئاب وعلاج محتمل وسطوح بعد ذلك أن يمضي مرافقه ويحقق بوظيفته التي كان يريد.

اعتماداً على وسع بوب "بم" سجلته علاج ج.م.ي ولكن هذه مرة أخرى يخلق بها عندما كانت عليه كتب بعضي من صعوبات في التعلم وعلى الرغم من مزاجه الخفيف إلا أن دفع انضمام إليها كان ضعيفاً، وكان مريضاً يستفيد علم أنها دور مستوى وحيد كبرت عديد مدرسة وحصل على موهب للعلم كدرسه في مرحله الابتدائية ولكن بتقييم بهذه الطريقة كان عليها أن تصبح في اسحق بجرن المدرسين ولكنها فشلت في هذا الأمر. ربيع بوب بعد جعلها تفكر في الاستسلام وتجرب بحث دراسي جديد وشبه "عذوب" وبعد بعد رأت ما حدث "بوب" وبدأ بعدها بالاعتقاد بأن الأمن مازال موجود وقد كتب نتائج دراسة SPECT تشبه نتائج "بوب" بغيره. كما كانت أخته لها حمى لاوية واستطاعت بعد أربعة شهور أن تصبح في لاهصر.

وقد نجحنا معها ومع بوب. كتب "بم" بأنها مرافقة "كثير" وقد كانت كما هي فاعلياً لأنه ولكن إخباري في المدرسة كان بوب مستوى. عندما ج.م.ي كتب يعيش في دوس أنجلوس حيث ذات تشي دورة في مدرسة لاهصرية وقد شكك من صعوبة مواد دراسية كما كانت متفهمه بواجب، وبسرعة بوب. ولتشبه بالاضافة إلى كونها مدفوعة وبسرعة بغيره. وفي بوب، بوب كتب معج من بوب كحبيب وإيميتير وكنت تقول أن انكحوب هذا من خانه السن. في حين كان الإيميتيرين يساعد على الترتيب وكنت نتائج دراسة SPECT تشبه نتائج أمها وأخيها وبمجرد وضعها تحت

مذبح دولفي حدة. خلافه من حيث استطاعت التركيز في الفصل  
 ١. صحت جميع حسابات في وقت يصل نصف من الوقت الذي كانت تصبه  
 من ١. جاز بعض العمل كذا. رب ثقتها ببعضها. مع جميعها تحدث عن بعض  
 لمرحلة، وهو بـ ١٠ ثكن تنظيمه من قبل.

٢. يوجد ذكر الأكثر عموماً عن المعنى، هي على الرغم من إلحاح ابتداء  
 وروحه ودار ابواب "نيم" يقول "سي لا تحسني من شيء". ولتنظر، إلى  
 نجاحي ولكن وجبة من الأسرة كانت مختلفة. عصر الزعم من استدلال نيم  
 معبر بديها. ناجح. إلا أنه كل منعزلاً وكان يصاب بالشعب في بداية اليوم.  
 كما كان سريع حسب الموضوع في حدة. وفي الفصل في حدة يوم. إلى حد  
 ٣. في موطئه نيم كانو يجرؤ. فشارك كذا كان يجد صعوبة في تعلم  
 لأب واحد. مثل بعد جري من حمله يمشي بعيد من موطئه  
 الاجتماعيه وفي نيم" يستمع بلاشقة هي تحتوي على قدر كبير من  
 عليه مثل حيا. في سياحة استبارات حثني بعد ١. بيع احدة واحدة واخترت

٤. عندما كان يوم في اندرسه الثانوية كان اجبر. صعباً. كذا. في استخراج  
 ٥. ١. يتخرج في لكتبة على الرغم من حصوله على موطئه كذا. موطئه كذا  
 كان بعض من موطئه. إلى ١. اشترى سحر الذي يقسقه ال. وفي نهاية  
 ستصحب روحه إلى دغة باعني. هي وقد كانت روحه على وشك ابتداء في  
 حدة. ١. مطلق. لأنها كانت تشعر به لم يعد يهتد به. وقد أخبرني بعد ذلك  
 أنه لا يشعر برهق في يدي وياحني يمتعه من فضاء وقت كبير معه.

وحداد خمسة الأول "آخرني" نيم" أنه لا يفكر أن يكون مصاباً  
 بصبر. قصور الانبعاث. لأنه ناجح في عهد. ولكنني كنت سأبته عن مصبه.  
 لهمت أكثر هي موطئه كذا يصب بـ "السريع" ولكن لا ينهي وجبات في  
 ٦. ١. كثير اشترى. وفي في مدرسة. وقال يصاب بالأوهان مع يصاب  
 لصباح. وحده سالت عن تنظيمه فعلة قال لي. إلى المثلث عن ذلك هو  
 صدمه. يساً. وفي نهاية لجلسة قلت له: "إن كنت حقاً تعاني من قصور  
 لاسر. ١. شيء من مدى ما يعني أن تفسر إليه من نجاح في ظل ما  
 حظه. عن". وقد وضحت دراساب SPECT هي أحسن. على يد "نيم"

صاحبه بمضيق لا تشبه وعنده كبر يحرق المركيز كبر تشط فشره مقببه  
 بعضه لحيهه يقى بدلا من ، يرب وعنده خبرته يرب نعيم الأمر قزلا  
 "رب كان هذا هو سبب لي أنسي جد صعوبة في تعلم الألعاب وعندها أكون في  
 موقف حرجي ودفع ليلعلم والرد أجد نفسي قد تحجرت ولهد أُنسب عثر  
 هذه المواقف وعنده يرب "تم" Ritalin كتب متجابه له راحة وأصبح  
 كبر راحة نده سهر وكبر يربو كثر في وقت أقل كبر تحسنت علاقته  
 كثير يربو له بل به راحة ولا يرب به يربو علاقتهم أن تحسن به  
 في أعزم أيبه ولا

### الاضطرابات الذهنية

توتر لأصعاب ذهنية يرب خيروفردها سي قسرة لشخص على  
 مغرب يرب الحثيوة وأحياء وهذه لأصعاب تسم بـسعب وتربط بعدة  
 سطو لـ سنج وش عيوب موصلات بعصبية قوادي بشكل حرجي على  
 الأتى إن تخففر نشاط قشرة مقببة أقصى لحيهه  
 وشيروفردها هي اضطراب يربو بـسعب طويلا وينسم بأهلايس ولأوهام  
 وشوذه سبكيو وعنده بدت في يربو درصت SPECT على يربو عصبية  
 بهما لأصعاب بدت فهم لها يربو وشوهور المعلومات بـسعب بهم  
 وحده البالية مثال جيد لهد

### جولي

در عمر "حوي" ١٨ عاما عتد حرجي وكسب ده أوعف مستشفي  
 من قبل بسبب استكير الاضطهادى وسبع أصوات والتفكير التوهمي وكبر أوهام  
 لأسى بيها هو عتدها ن همال شخص يربو ويصع مجب كبريتا  
 دحل راسه ويصعها بالكبرية وفجرب عتد عتد من لأوهام سور فادة  
 تذكر ونظر لعدم سبكتو العلاجب معروفة هـ يربو بأجرا راسه  
 SPECT عليها







الحظ، لأنه بالنسبة إلى قشرة معدة بعض الجبهية نجد أن بحره السفلي بحوري يتبع قوس عدة أطراف عظيمة حادة. أما الجزء السفلي الجانبي فيلقب بحب ذلك المكان من الرأس الذي يتعرض للكثير من إصابات الرأس.

ومن الجدير بالذكر أن كثيرين يسمون بعضهم لإصابات كبيرة في الرأس في حياتهم وهو ما يجعلنا نكثر استؤال في عيادة عما إذا كان شخص ما تعرض مثل هذه الإصابات أم لا. وفي الأوراق التي تقدم للتريخ لمبلاها يجد فيها أن كل من تعرض لإصابات في الرأس في هذه "واشخص يستلزم حر كذا في سيرة المريض في بحونه يطلب يسأل أيضا عن إصابات الرأس وفي الأجزاء التي يطلب من المريض إكماله في كميونر يدرك المريض مرة ثالثة عن صدمات الرأس فأن كشف الإجابة في حالات ثلاث بأنني سأكون المريض مرة رابعة. فرد عن واجب بالفي "قول له "هل أنت متأكد؟ هل سألته عن هذا من قوس شجرة أو سور أو قوس بالحصى أو حصى بحقة غير عميق" وشدنا ما صدم بالدهون عند أحد الكثيرين يندشرون صدمات كذا قد أسوأها عند ذلك خذير و كانوا يشعرون أنها بسيطة ولا يستحق تذكر وهناك مريض عندما سألته مرة لاحقة صدم بيده عن حقيقته فقال "نعم عندما كنت في حادثة سقطت من شرفة في لطايف بدني وبالضأن أحد مرضي حزين يسمون مهم اصدموا بالزجاج الذي في السيارة، أو سقطوا من سيارة أثناء بحركتها، أو قعدوا وعيهم عند سقوطهم من فوق مراقباتهم.

وصايا الرأس من مهم جد وذلك أنبوب لرضوان وبعده عقد من في تصويتر يمكن تصنيفه ولا يمكن أن تسقط جهر كميونر على الأرض دون حذر، صامت بعض بالغ وحق أيضا شيء قبل كميونر وأن حدث أدى إلى جرح من اجزائه، فإن هذا قد يؤثر على شخصه المراد.

وقد قد كميونر جرح بعناء مثلاً وضاح لمعية عن حدوث حرس الجبهية عشرة مثله الرأس بعيب إصابة رأس وقد كنت هذه بحالة من الحوادث الأور في لأوريب عطية في تشير في تدلج سف عشرة معدة بعض الجبهية في عام ١٨٤٤ كان عمر "جيدج" ٢٥ عاماً وكان بعض شرباب عمال عد في حذر مثلاً طرق السكك الحديدية وكان عمله يستلزم استخدام قطعه

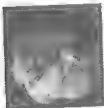
حديث طريقه لإنقاذ متعجرات حجر هريز بعد سلك الحديدية وحدث يوم  
وُلدت حادثة رهيبه - حيث دى الأشجار إلى دخول هذه القفصه الحديدية في  
معدة رس "كيج" وكمر صوب هذه القفصه من الحديد ٣٥ قدم، وانظرها ١٢٥  
موصلة وزنها ١٣٥ رطلاً وكانت هذه القفصه للحديد قد دخلت عبر عيبه  
المرى محبوه هذه مقدمة العصر الجيبي لتخرج من أعلى الجزء الأمامي من  
الرس، كنه فوجد دثرية نصر في ٣٥ بوصة وتبع عنها تدوير الحراء لأتس  
من عشرة مقدمة العصر الجيبي والأجزاء المتجوزة في حج وثال الجريد في حالة  
حجج في الحية هو ذو على يوم حبيبه والذي عثر من غير مسون في  
الماح الجراحي في عام ١٩٦٨ بدأ صيب جيج يتحول بالعمادة لسعرت  
أني حدثت في تحصيله قعر الحادث كان "جيج" شخص "موت" خدير  
بشقه مبرور! ففهمه وسجد في حبه أما بعد حادثه فعلى "موت" من به  
بهد من حوى عاقلة عظيمة لأنه أصبح صبيانه في تصرفاته مستب رأي،  
حبيبه ربه بعد ربه الله على حكم على الأمر بشكل صحيح، كما لم يعد  
برامي بشعر الأحرار والد الخضر حبيب حانه جيج دنلا لم يعد جيج  
جيج وشا يشم أو ال عشرة مقدمة بعد الجيبي كغير فيها لك، رء على  
يكون معه

## زحاري

بيت حرمين معاصرير شومان حانه جيج

زحاري طس في عشرة من قعر يحب مراح وشبه ريمد بالحب  
وخط ويوق سمعه وكل مصوة جرة في بفضله وكان محبوباً من غيره  
من الأندال وفي إحدى لأجوزت الصيفية بين مرحلة الحصنة وأتى دخونه  
لصف الأول الأيسري كان زحاري يركب سيارة في السعد الأمامي مع أمه  
سجده في سره حبه وحده محب سأل مخمور في حريمه ما حمل أم  
زحاري "تسرع إلى التحرف إلى حدهم الطريق به دى في قعره سيطرة  
واستطاعها بشجرة وقد قصرت رجل لأم في حداثته ما "زحاري" فقد  
صعد رأسه بمرجح آباب حيث كان يستخدم "حرم الأس" وقد فقد وسبه  
سده عشر دقائق

## تغير الإحادة على سطح "زخاري"



منظر سطحي لتقني الأبعاد من الأمام لتختلف  
لاحتلاف الخواص مثلما تظهر الأبعاد من الخلف مقدمة العنصر الجيني

وبعد ستة أسابيع من الحادثة بدأت شخصية "زخاري" تتغير فظهرت  
فيه بعض من الصفات الحيوانية فكان يقود بكسيرة على ويؤدي أفعاله  
بغير قصد بدأ يسهل الآخرين ويقود عراب في أوقات غير مناسبة ويكثر  
من فطاحة العير وأصبح وقحا وعشيدا مجددا وسحب نحو صراع ولم يمر منه  
شيء كان قد خسر كل أصدقائه لأنه كان يصر عليه شيء لومني مشاعرهم وبدأ  
بغير قصدية في سلوك سرحه انه أصبحت تقديراته بمجرد رجونه سرب  
بعد ستة أشهر تروك لأن هناك شيء خطير، فاحتجته إلى معالج نفسي لأن  
هناك مشكلة أكبر نفسي ناتجة عن الحادثة وكان يعتقد أنه أصبح أن هناك  
معدلا ربما هو جزء من "زخاري" وأنه، ومن ثم وضع استراتيجيات لمساعدة  
"زخاري" على أن يكون أكثر استقلالية في حياته، ولكن لا يزال هناك شيء  
بعد مرور عامين من علاج النفسي بدأ حسن الأم يستشير طبيب الأطفال معالج  
"زخاري" وقد شخص لحيمة على هذا تصور انه، ومن ثم وصف به  
Ritalin ومن ثم بدأ يحد ليف بل إن غدوسه "خزوي" ذات كثير  
فأكثر عندما هدسي وعشرة تسع سنوات توفقت أنه ربما يعاني من أمراض  
أرجح مع ذلك بسبب حدوث وقد أوضحت دراسات SPECT وجود  
محدد من مخدوم في نشاط دماغه، أظهر من عشرة مقدمة العنصر الجيني والتخلص  
في نشاط دماغه أظهر من عشرة الخواص، مما يشير إلى إصابة الجزء الأمامي

وحتى من فترة مقدية بعض الجيبي وهو من مشهور في صيدت حراسا  
 كما كان هناك بعض في شدت بعض الصغى لأيسر ودية على كل هذه  
 اسداج وصعب به صميدحه من الأوية، تشمل على مقد بلارحاج، وديت  
 قهدية حاسه لدوية ومساعدة بعض الصغى لأيسر على الأوية، وديت  
 بالإضافة إلى Symmetre (amantadine) مساعده على لتركيز  
 وبحكم في اندوخته كد لم وضعه في فصل حاصر في اسرته واعطاه لكرهيت  
 معوية (عدة دعيه وخلال الشهر الثانية بدأ سوكه يتحسن

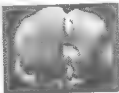
### كيم

كان "كيم" طائياً في عمه الجدي اثاني، وكان يبلغ من عمر وقتها ١٥  
 عاماً وقد ظهرت لديه منذ شيايه اميكر مشدك سوكه حدة فقد كان كثير  
 حركة ومديعة، وسيتب روح، وثبور بضعف وخاصة عند يُرثس به  
 طب وكان كثيراً ما يمشط عقب بسبب أنور بسية أو دعيه وقد قبض  
 عليه وهو يصرل محلات اسجارية وكان كثير شعيب عن سرية كد كان  
 يديت مع والدیه وكثير صغدي بعد، وبه يخاص أب من رملته في مدرسة،  
 وكان وصفاً أنه يتركيف قد مع لوصح كد كان يدخن فيه سجالو بوي  
 ويتدلى الحشيش والشيورير وقد خضع لبرامج علاجي (أدري طريقة  
 عرويح شرهه حصره ولده بي وقد جرب العديد من الأدوية ولكن دون  
 جدوى

وقد ظهرت مر ساء SPECT إلى وجود تلف كبير في الجزء الأيسر من  
 قشرة مقدمه بعض الجيبي فبعد كان عمره ١٨، شير سبط "كيم" من على  
 سام سدور سيلي وقتاً أنه به بعد السقوط لم يعد حدث كد كان، وبه  
 لاحظت عمراً في شخصيه ونظر بحجم تلف بوظيفي مع "كيم" فقد وصفت  
 به مجموعة من الأمويه شتت على مضه شتت وسبه وقد ساعدت على  
 تهدئة عصب وتحسين مستوى بحكم في الاندفاع ونظره بحجم التلف، فله  
 كانت فرصة "كيم" في ان معرد قشرة مقدمه القصر الجيبي لأدوية وظيفه بشكل  
 كدس مرايس في حصار وإنما كان الهدف من علاج هو استخدام ي برا  
 يمكن مساعد على إيجه أيام مساعده لرقاية لادعية والأدوية بعض

سلطس أو وضع رقبة خارجية عليه بشرى من أشتال حبس وذلك لأن  
 يكتم - "تد" دسب بعد يقع منه - وذلك لأن لولايه لداحية انقوجة بقشرة  
 مدسة حبس حبس لم تعد موجودة لث سقوطه من فوق السام  
 بعد ما سكن بهم وظنك وبمذكر هذ الجبر من مخ أمرا جوهري في  
 دسبه شد الأشخاص الذين يعرفون

### تأثير الحفنة على منح "تيم"



منظر سطحي ثلاثي الأبعاد من الأمام  
 منظر سطحي ثلاثي الأبعاد من الخلف

### الاحتواء وجود عيب كبير في المنطقة الجبهية الوسطى

بعد قلبية مقدمة النقص الجبهية ترحو أن نقرأ هذه علامة من  
 استوكيات واحد نفس (أو الشخص الذي ترون حذته) درجة على كل سوت  
 من هذه استوكيات استخدم لمقياس متدي وشح لرقم استب بجانب كل  
 عنصر فـ. كل تديت خمسة عناصر و أكثر برجسما (٣ ٤) هذه يشير إلى  
 بعد خمسة وجود مشاكل في قسرة مقبلة عنصر الجبهية

• ١ = ١

• ٢ = ٢

• ٣ = ٣

• ٤ = ٤

• ٥ = ٥

عدم القدرة على التركيز على تفاصيل أو تجنب أحدها، نتيجة  
 عن الإهمال

٢ صعوبة الحفاظ على التركيز في مواقف التروثمية في اسرل واحسن

(إح)

٣ صعوبة الإمساك

٤ عدم بقرة على جهاز المهام والمفردة

٥ تنظيم السير بلولت وللكان

٦ سرعة انشك

٧ ضعف مهارت اسخطط

٨ عدم وجود أهداف واضحة أو تفكير مسبق

٩ صعوبة التعبير عن المشاعر

١٠ صعوبة التعبير عن التعاطف مع الآخرين

١١ كثرة أحلام اليقظة

١٢ من

١٣ للآب لآة وعدم وجود مهية

١٤ فشل

١٥ شعور بالارتباك

١٦ لا شعور أو صعوبة الجلوس دون حرث

١٧ صعوبة الاستمرار في الجلوس عندما يكون هذا متروثاً منك

١٨ لمحي نحو الصرع

١٩ ضلال الكفير أو قليل

٢٠ سمعان الإجابة قبل الانهاء من اسرل

٢١ صعوبة انتظار اسرل

٢٢ بدسند الآخرين وامن عبيده يدر يكون ذلك مثلاً في الألعاب و

أحوال

٢٣ تداونية قول شي، أو فعله دون تفكير فيه 'ولاً

٢٤ صعوبة انعم من نامي: اميل إلى تكرار الحمأ



## التركيز

### علاج قشرة مقعمة الفص الجبهي

١. القشرة موجودة في مقعرة الفص الجبهي هي أكثر أجزاء الدماغ تطوراً وبأدنى فهي مسئولة عن مساعدتك على تحقيق غايتك. يعني هذه القشرة التركيب والاعتماد والتعبير العقلي والتحكم في الاندفاع والتفكير البديهي. عند ما تنعصر على قشرتك عني لتطرق في الموقف وتستخدم عقلك. وتخطيط ما ينبغي. ومقابلة. وتتصرف بمعالجة هذا الجزء بناءً على مفهوم أدنى أعيد التركيب

### لو صفة الأولى

#### علاج القشرة الأمامية ١٠

لما، تركيز الوضوح والمحافظة عليه

#### (معدرة الصفحة الواحدة)

٢. أثناء الدورة على تركيز الذاكرة سوف يساعدك في توجيه اهتمامك بتركيب "قشرة" ذميمة معاونة" كما أنه يمدد في تعزيز خبرات وهي في بعض

٣. بحاجة إلى هدف محددة واضحة لكي يحقق نجاحاً في عمله ويعمل جيداً. يعرف من خبر وما يريد تحقيقه في علاقته وفي بعض ومع هدف معين مسراً في سريته لأنه يعتبر سوكاً بالخصوص فيه. بذلك فإن معرفة الأهداف وتوجيه إليها ربما يساعد على لا يجد سلوكاً غير وحيث يطلب من الممرض تحديد الأهداف. فبهم يتفكرون في أو يصنعون أهدافاً غير متجرباً من بينهم. أو يمتنعونهم. إلا أن في تحديد الأهداف لأقدام بعده

سأرى ولكن تحديد أهداف محددة في اليوم. أحضر بين وضع الأهداف التي يمكنك تركيز فيها يوديا سوف يحدث اختلاف كبير في حياتك وقد جعلت مرصدي الذين يروج أفكارهم ما بين من لخدمة وخدمة المسلمين. يقومون بتعريف تحديد أهداف اليوم تحت الظروف وأطلب عليه "معجزة الصفحة الواحدة" بعد دراسة لأفضل والدليل مدحهم وجذب أن حدث شيء بجمع بينهم. وهو لا يفسر بالسلوكية السلبية والتعريف بوضحة وسوف يساعد ممرين "معجزة الصفحة الواحدة" في تعريف أفكارك، وتعلمنا وتعلمنا وقد شهدت أكثر من ممرين سارع في تركيز وتعريف تكتلهم من الأشخاص.

والذين هم فيهم عدم بعد تعريفهم بعقبات. يقول إحدى لآزال، ولذا، فهو يوضح أهداف الرئيسية ويستغل بالعناوين شائعة العلاقات مع الناس، والتفكير تحت "علاقات عذاب جسيماً مثل الروح الخبيث لأحد الأسرة لأحدنا، ونحن انفس" كتب أهداف انفس بحري واستقبلي ونرج فيها عند عز علاقات بصاحب انفس ونحن "اننا" كتب أهدافك الحالية واحتياجاته واستقبليه وتحت "الذات" كتب الجسم، النفس، الروح، الاعتمادات

وبجوار كل جزء جسمي كتب موضوع أهم ما يطرح فيه وما تريد فقط ولكن يحددا، وحللت بالوقت مع حتى يمكنك تحديد بعض وعلاقتك فيها دائماً، وبعد أن تنتهي بصفة مبدئية من صفحة ما تريد (ستعلمين غيباً تحديثها دائماً) ولذا ضع هذه الأوراق في مكان بحيث تقرأها كل يوم مثلاً صباحاً في يديك، أو قبل المشاجرة أو بجوار فراشك أو فوق حوزة حوضك. وهذه الطريقة، سمعتك ركيز فكريات وحديثك على أهم ما تريد. وقد يفسر عليك أن شرف على ذلك وإن بعد من سوفك لنفسك في مراك، وسوف تصبح أكثر مركزاً ويجب لتتوجه بك من هاتيك نحو أهداف التي تعلم قيمة في حياتك.



معلماء جدد و تقديم بعض الأبحاث العامة عن شهر وسوف نركز على أهداف  
عصرى ومن آياتي بأنه شيء لا يتعلق به مباشرة

لأنه بعد جنى الاحتياجات والمطالب (الأمم)

لدى عصرنا ، هذا فيما بين أمتي وأن أؤكد من توجيهها إلى  
عائتي وتحقيق مطالبتي وأهدافي

لدى السيد أن أكرر ١٠٠، مما انحصه وأن يكون أن وعائتي على قمة  
الوحيات من يوجه إليها هذا بناءً وبما صحح ٢٥ دولار كل شهر في خطة  
معاشر حتى يحصل على مدخر قدره ١٠ ٥ دولار شهر بعد بثوتي الخاصة  
والصين

سأبذل كل ما في وسعي من أجل تحقيق أهدافي

التي ستدبر في عملي الشخصي بصفة يومية

بما سحر شعري بالاستقرار والهدوء والامتداد و... أهدأ أسلوب  
شخصي محدد

جاءت أراج' أن أقرب من الله وأن أقدر بتعاليمه  
التي...

معجزة لمحمد بوحده

من أنزل من جهتي؟

العلماء

الروح / الحبيب

الأصناف

السر، صفة

الصدق

أعني أن أكون فاضلًا في استطاعتي

الذي (الطبيعة) لا يحتاجها والمطالب (الأمم)

على مدى التصور

على مدى البعد

بما أن كل ما في وسعي من أجل تحقيق أهدافي

لحمد

معل

شرح

علم مصدق المكي على أهداف مهمة وستساعد القشرة لأمية  
معدونة على أن يسير حياتك على الدرب الصحيح

### الوصفة الثانية

#### التذكير على ما ترغب فيه بشدة

توقفت لقشرة معدونة أميس حبيبي بشدة بالتذكير وسداد لانيه ولد  
من م مشاهد وبرخر عليه - و تو مسور على شعور و بصرفه اليومي وكذا  
دثر - فإن أعب لأشخاص من يعنون من مشكور في هذا بجره حاسبه  
صديق بقصور الأمدد يميلون إلى لصراع "بحث" القشرة لأمية ولأسف  
من بعد ثارة سديه وجدسيه على علاقتهم وأنظمة حبه - لفة، م تركيز  
على م لرب قد في حياته ومع الآخرين بعد سواد فداً للحدث على صحة  
قشرة معدونة النص اسجبي

ويعد الهواة كتب بجمع الأشياء، بقي على شكل "بهرق" وكان يري  
حم سحاب نوع صفها في مكتبي. أي نوع تكيله به في ثلث المرحله  
لأدب والاعلام والعروض وندى وسحاب ورباصت يعق وماكيد  
الحوطه وكلمت بغير دية وحاشي سويل الماكهة الصغيرة، بعد حصلت  
من روجير منها من نفس ذي نسعة عزم - هدف كار بلرد على وجه يبدو  
قد سريد والكفني كنت أخرج من يقدمون هذه الأشياء بي سي مالح نفسي  
بعد مررت مر لوجدي وبعد كان فراد اسوي وعشاني يقدمون بي بعضه  
بب سحاب وماحمره بسبب كذا دثاني محمده وكيف ترمده بقشرة  
مداية على بجمبي

حينما كتب جري بحث في حب انسي لاطلام والم من لخمبول على  
و - كتب أنظر في ولاية اعلم في ردت يوم اصطحيب انبي ما لسمعة أعوام  
د حد بلمرهاب الشريبيه وشعبيه عن حياه دالة ورجوب مشاهدة

عروض الحروب لثاقل، و حوسيين، و البعيرين، وقد كس اسم البعيرين الذي  
شاعده "فردي" "تسمين" و هم عروض مدهمة حيث قبر من فوق منصة غرض  
بمنه رصمها عشرون قدما، و حفر كره على أنفه، و أخذ نحو برءائه، كما  
حذر طوف من الد... و قد وضعت مراعي حول عصي و ستمتعت بالعرض  
و عندما قدمت سارية من البعيرين حصار شي، مثل بها و أخذت أكثر عندما  
طلب من بني إحصار شي، يدهن معي في ماضيه أكثر من عشرون دقيقة، ولا  
يستل من قوة "بني أدوت" و ولدي "كسي" من قدام البعيرين

و بعد انتهاء العرض ذهبت إلى سارية و سألتها كيف تجدعين فردي  
بعدم بهذه الأشياء "بطريقة"، ففكرت سارية في ابني و تيمنته بظن أنها قالت  
"لا لا" فمسر كما يفعل "كسي" فمدت يدها فردي يستعيد ما كره به "كسي" و  
هتافا و عانده، و مدحه سكة لموهجبت بذكرا في راسي و أدركت به  
عندما يدهن ابني و كره به لا أعطيه لأهلهم لذلكي متعللا بأنني مشغول  
كف حال يفتقر بي معي في حين أنه عند فرصة تنمو ظلمي الهة به كثير حتى  
لا يكون ظلا سينا و بذلك فدمي على غير عهد أصب من ابني أن يكون و حش  
يحدث انقلاص في راسه ذلك يوم، أحب أباك فصارى جهنم، ملاحظه فعده  
الجددة و محذولة غير أنني لا أعطيه سكة لأنه لا يباي بها، و تصرف  
البعير معي عند يخطئ، فكانت كف بهذا

التي أجمع بتدريه لا تكرر عصي بملاحظه الأمور جيدة و الأخرى  
و بعد ذلك بعد أن كره معي و على الرضى من الضروري وجود شيء يدكر به  
بوصفه و ليس من لأفوف لعظمت ر ملاحظه ما يحدث في حياتنا و في الآخرين،  
حده به استحداث بصرام لتخفيف لفكرة الأدمية  
١. لتذكير معي الحروب لسيرة في حياتنا و في الآخرين، بجمع هرة  
للإصابة بالأكثبات و قد يدهن علاقاتنا

### جامي

سأقدم لك مثالا على إحدى هذه الطريقة في علاج قصة عشرة أهواء  
تد لي حذر مرهبات في أربعة عشر عام "رأسي" "حمي" والتي  
و دعت مستشفى، أن إعدامه على محاولة امتهر بسبب ضعف أدائها في



بمحاوية دهنك في الشجر أو تجمعك بمضيقك "ويك أن تكلفي هادئة ولا  
يصدر منك أي رد فعل بخلافه"

فلما كانت "أ" غفرت ب. كذا يومين بعد ما أم لا، فقد حاولت  
من قبل "

فأخبرت "ع" عن ذلك وكني ريد أن يجري معها هذا اليوم الجديد  
بمنه يومين. وفي كل مرة بعد ذلك وتلك نصفي ليك ومعافاة معك ويك  
ب. نصفي بين درعك بخصه وها وبخبرنا من عندك حب وتذكرك بها  
فحسبني "هادي" به سبيل قصير جدد

وبعد نحو شهر دهنك في مكثي، فاستدعي د. شهاب أسمره، كان أخص  
شهر من غيبا حيله حياها، و. "مها" صاحب في وجهها مرة واحدة ولم تأخذ  
في. قد تجاهد بل عاشها بلغة وحف وفاتت ولايسمى هو وجهها  
مفرد من سادعت ب. صفتي يد يا دكتور مير لقد صبح لدى القصة  
في محوّل لأمر صالحي على الرغم من سي غير مسبوقة عن انطباعي التي  
تصرف بها أمي. لا أن من تأثير كبير علم لوفت" لم يبق محور ب  
"جاني" لم يصب ب. من حلال امريكي على ب. تحب أن يجد في مها ويبد  
ب. ب. من ذلك بصحبا تأثير إيجابي على مواقف السلبية، كصفتها  
كأن تكون صالحة لاسما ب. أن تكون مع الموقف بوجهة

### الوصفة الثالثة

#### جعل حياتك معنى وهدوء وحافز وإثارة

ب. معنى في قصد وإثارة وإثارة في حياتك بمعونتك من لتوقف عن  
بعض ويشجعوك على التركيز ب. خلال تشييط اختراق لاسميه وكذا ذكره،  
لقد كتب علاج كبير من مرضى الذين باضطراب تصور لانتباه ومن أكثر  
لأمر عرجة في الاضطراب عدم الاستحسان بين الأعراض حيث بعد نصف  
بعض لا يمحور ب. الاضداد البروتينية على الرغم من أنهم عند بعضهم  
ب. بعد شللية وشيرة ومخوفة بمفوق فيها وقد كان أحد عرج وصلة  
بعض ب. سادها من وجود أمور مخوفة ذات معنى إيجابي في حياتهم، أو



مضمون أو سلاسله و هو روحانية فهو غير بين صحيح وغسل  
 من فالتحسين صواب بعض قصور تركيز عظم يوجد في وظيفة دالة  
 مضمنا، فانه يحتاج إلى كثير من العلاج ليكون مؤثرا، وثا وحده في وصف كثيرة  
 وحسنه، فالحجج أو علاج أقل لغيره من غير، وبسبب ذلك مثلا

### سيفت

هو جزء من كتاب صحيح يمتد العديد من هناك توريث شرائط عديد في شيء  
 وكذا في حاشي وهو يشتر دجده شيد، وكان في حواش من قبل من  
 صواب تصور لاجله وثالث مسجود علاج راجع من دعوى المتداول من  
 من، وادته بالاحتياط وقد دس "سيفت" بغير دكتور شيء أشعر أن  
 شخصي شيء، شيء شخص شيء، وبهذا حاولت بهذا عدلي بوجه لا  
 صحيح باب هذه الأعمال جسماني أشعر بطل شيد، ولم تعلق أي أدوية أو  
 علاج شيء في علاج هذا الأمر، وقد حدثت عليه قائلا "سيفت، بن الأمر قد لا  
 يشترط في سلاسله بالخصيص، فبذلك وبزوج خدود وجن أسدل باجح توفر  
 فبذلك غير مستنير، فبذلك بالآخرين، وبذلك يكون كذا تعاني منه هو  
 هذه القدرة غير شيء، لأعمال توريث المستنير بعد يعنون من قصور لانتباه  
 بجهدهم يعنفون في الأشياء، التي يحيدوها، وتكسبهم لا يلون بلا شيء في  
 شيء شيء لا يشعرون بوجود بدعية وبذلك مثل الأعمال الترفيقية، وبذلك تكون  
 بحاجة لموظفين شخص يقوم بهذه الأعمال وهو ما سيوفر لك وقتا سميته  
 من شيء أكثر وأكثر، وقد قاله "سيفت" بعد ذلك أصاب كذا الحقيقة، حيث  
 في هذا يسر شيء بعد، فعندما كتب في مرحلة برهنة كتب شيء  
 لاجل شيء لم يكن شيء في خروج لممارسة هذه الهواية سدد  
 بك غير عدد، بل كنت سحر شيء كذا بوار انصافه لأخرج، وأنت  
 به شيء كذا، أطول يستمر علي بشد، وكنت أسدل عد يدعني لشيء بعد  
 شيء، يحوي شيء بعد شيء، بعد شيء دعوى شيء لم أكره هو  
 شيء، خروج مرد أخرى فالأثر هي شيء كانت مدعوى شيء بعد  
 وقد قام "سيفت" هذا ببعض موظف لاجل بالعدل لورقة وبذلك  
 مشروعة، لأنه أصبح يقضي وقت أطول في الأشياء، شيء بجهد

## الوصفة الرابعة

كل منصفاء واصلح لمساعدته حينئذ يحتاجه

لا نحسن حين يمدون من مشاكل في شدة بقية بعض حيني عذب و  
يعمل صغره في نظم نورهم وصب من انفسهم ان يتعلموا مهارات  
سليمة لغزو عذبة لونية بالرجع السطوية في كنيوز يمكن ان تكون  
بشدة طوي شدة وصب مهم ألبا ، يعرف خط ضعفه وأن تحزن قدر  
ممكن ان تحيد منك مشاعر يساعدك على أن تكون مثقفاً وهؤلاء  
الأشخاص يمكن ان يكونوا معكم رباط وثيق يكثرونك وأصدقائك أو  
يعملون معك ، واصلح الأشخاص من عرفتهم من يمان من قصير  
المدد ومشكل فترة بقية بعض حيني قد اوشك ان يرحلوا انفسهم  
من يعيشهم على انظام ، فلا تلجأ من طلب المساعدة

ولذلك بعض مناصح مساعدتك على أن تكون منظم

صم هذا وضحة حياتك (كما ذكرنا في الوصفة رقم ١) في النواحي  
لأنه العلاقات الروحية لأطباء ، الذين ولاصداق لعمل الال  
لصحة سبب لصحة الحياة النواحي لحيته ، ثم صرح على بعض  
لنواحي التي في يوم أهل مساعدتي سلوكياتي على انصوب على ما  
يبدو ، قد استأثر من شانه أن يساعدك على أن تشرع انظم في  
حياتك في إدارة وقتك بشكل يتواءم مع أهداف التي وصفتها لحياتك  
حاضر وما يتلصق ناحب من أفكار بوزي ومنظم حصر وقت معين  
بمنهيه ولا وجدت لتسوية قد يضر على حياتك  
تابع لغيره بالاعداد كورفية أولاً بأول أو حين شخص آخر يقيم بها  
رسم مشروعات حسب الأولوية

صم موعيد نهائية نفسك

ضع قوائم بمسئله ، وتم بمراجعتها بشكل منتظم

حافظ دائماً بفترة موعيد وتخطيط

سحبت بسجلا بحدودا يساعد على سكرتير والانشاء طوا انفسه

ثم يسمى المهم الكبير، في مهام صغيرة كذا يصم الإنسان إلى خطوط  
تجميع وتذكر إلى "مشور الألف ميل يبدأ بضمود"

هذا بالتمام غير لصحية بحيث لا يصبح دماغك قور الهام الصحية

• أشرت إلى دور غير الصحية لذكرك من تحد ذلك دافعا كبير لإنجازه

- ستظم هذاك منقذ أو منظم نفسك وضع رقم صغيرة على صندوق

تعرين لأورق بحيث يكتب عيبك من يدك على شكله هذه الأوراق

قد ينعين منظم تحريف يدك على بناء منقذ والاستمرار عليه

عند كل شيء من يدك من صخرت قصص لانتباه في سادسة عشرة

من صخرت منظم تحريف سادسة بحيث لم يكن عليه رغبة في

المنقذ في ذلك لم يكن ينظر إلى لا شيء من يدك وقد قال هذا منظم

صحة موهوبه، وقد ساعدت بي كثير حيث ساعدت على تنظيم صرحه

وصحية مدرسه، ووجهاته، وجدول مذاكرته وقد علمه وضع الأنظمة، ثم

ذات سادسة بعد ذلك في أشهر مساعدة على الاحتفاظ به بعد، وقد أصبح

أبوه يحود منظم وهذه لم يكن صعبا بأسيه من شخص مصاب بتصور

المنقذ ونشبه عالم السويات المنظم ولم يعد صحبه بيوه نحو انقوص

### الوصفة الخاصة

فكر في الأمر على التغذية الأمس جاعية الحيوية لموجات الملح

نكتب من غير أن نكتب الأساس في صخرت قصص لانتباه بعد، و

نشره بعدة حصص جمعي، وذلك في العلاج بالايوية هو حجر بوييه في علاج

بيولوجي بقصر الانقذ إلا أنه ليس علاج بيولوجي الوحيد

بمشر عام يمكن بعد من معدية لاسترجاعه بيوييه هي صوب

ملاحي، يركز على استخدام المعاد لقياس لاستجابات البيولوجيه في

جسمه مثل درجة الحرارة، والحرق وسائط موجدت ملح وحيد معدت يقوم

بمعدية من غير هذه المعوقات، وذلك يمكنه من أن يفهم كيف يغير منبهات

ساسة إلى المعاد لاسترجاعه البيوييه لوجبات الملح، فبنت بقوة وليس

مستوى نشاط موجدت ملح في جميع أجزائه

وهناك خمسة أنواع لاتعداد موجات المخ

موجات  $\delta$  (١)  $\alpha$  (٢)  $\beta$  (٣)  $\gamma$  (٤)  $\theta$  (٥) وهي بمشيئة جداً تحدث في  
مصاب أثناء النوم

موجات  $\delta$  (١)  $\alpha$  (٢)  $\beta$  (٣)  $\gamma$  (٤)  $\theta$  (٥) وهي موجات بطيئة

تحدث أثناء حالات اليقظة والاسترخاء وأثناء حالات التعديل

موجات  $\delta$  (١)  $\alpha$  (٢)  $\beta$  (٣)  $\gamma$  (٤)  $\theta$  (٥) وهي موجات تحدث

أثناء حالات الاسترخاء

موجات  $\delta$  (١)  $\alpha$  (٢)  $\beta$  (٣)  $\gamma$  (٤)  $\theta$  (٥) وهي موجات

تحدث أثناء حالات الاسترخاء المصحوبه بتركيز

موجات  $\delta$  (١)  $\alpha$  (٢)  $\beta$  (٣)  $\gamma$  (٤)  $\theta$  (٥) وهي موجات

سريعة تحدث أثناء تركيز أو حالات انشغال الذهني

وبعد دراسة ما يزيد على ستة آلاف طفل مصاب بعصور الأسباب اكتشف الدكتور

الوبر أن شكك دسسية ياسبه في هؤلاء الاطفال هي مجردة عن الاستمرار

في حالات التركيز التي يسبق فيها موجات  $\delta$  فترة طويلة من السبات، وتكتشف

وجاءت في مفرق في موجات  $\delta$  التي تحدث أثناء حالات السبات، وقد وجد

مختبر الوبر أنه باستعمال أجهزة التي موثقة له صور موجات الدماغ

EEG يمكن تصوير الانعكاسات بوضوح موجات  $\delta$  ويعتبر من موجات

ثابت (موجات أحلام اليقظة)

١. طوب السلبية الاسترخائية بحويوة بعد لاطفال تدرسة الألعاب

الذهنية وكيفية تركيزهم ويلاحظهم موجات  $\delta$  مستمرة في

عمرهم مثلاً فيستخدم جهاز رسم مخ EEG كجهاز لتعددية الاسترخائية

حيث يحسن لتعلم مام شاشة الكمبيوتر يشاهد عليه ما فلا رة فيه نشاط

موجات  $\delta$  في بعض حالات موجات  $\delta$  تستمر بعبء كما في  $\delta$  يحدث

في النوم يقام بعبء. وبينما يشعر بعض عائلة حالات مشغولة بالعبء يقوم

بشعيرهم في بعض تشكيلين موجات  $\delta$  بحيث تصبح صهيبة قدر الإنشغال.

وقد كشف أن لا يحدث في  $\delta$  لا يحدث بين عشية وضحاها. بل لابد للطفل

أن يعرض هذا الشكل من أشكال الاعتمادية لاسترجعية الحيوية ما بين عدم إرضاء

المرضى

ومن خلال خبرتي في البعدي الاسترجعية الحيوية باستخدام جهاز رسم موجدت لي بالإضافة لخبرتي في اضطراب قصور الانتباه وجدت أن الكثيرين يشعرون بحسرة من مهاراتهم في القراءة وأنها تعوقهم عن حاجتهم للعلاج الذي هو ضروري لهم. ومع هذا العلاج، وكما لهذه التقنية الاسترجعية الحيوية باستخدام جهاز رسم موجدت مع النص في مساعدة على تحسين الانتباه والقدرة وذلك فهو أداة علاجية قوية حيث يصبح المريض جزءاً من عملية العلاج من خلال زيادة التحكم في المصروفات النفسية التي تحدث له.

وبإزالة هناك بعض الباحثين والأطباء يشككون في هذا النوع من العلاج، وذلك فهو بحاجة مزيد من الأبحاث التي تثبت فاعليته. ومن ناحية أخرى هناك من يتحسّر كثير من اعتمادية الاسترجعية الحيوية باستخدام جهاز رسم موجدت لي، ولهم عيب بعض المعيدات عن قدرتها على علاج اضطراب قصور الانتباه دون أسبابه، وهذا يعود للأسف أن الإفراط في الاعتماد على هذا الأسلوب العلاجي قد سر بمصداقيته وقد أتت عنقود من خلال خبرتي لعقد أن فعالية الاسترجعية الحيوية باستخدام جهاز رسم موجدت الم علاج قوي ومثير يستفيد منه في المستقبل.

### الوصف الفلسفة

#### جذب التنبيه السمعي البصري

وهو أسلوب علاجي مشابه للأسلوب العلاجي السابق ابتكره "هروود" - "و. جون كارمر" حاصل على الدكتوراه في علم النفس وعشان يعمل في جامعة تكساس "جيمسسون"، وقد شارك كلاهما في تنمية علاج قصور الانتباه من خلال الاعتمادية الاسترجعية الحيوية باستخدام جهاز رسم موجدت مع هذا. ذلك هو ابتكار أسلوب علاجي سهل الاستخدام بالنسبة إلى الأطباء الذين يحتاجون إليه.



استخدامها بشكل صحيح وعدم استخدامها بشكل هؤلاء الأشخاص الذين لا يكونون أكثر هدوءاً في موقف التي تتصرف عن شعور نجد دور. فعلا في بداية سبب كذا في كثير من الأحيان سمعت هذه خبرات ربما تكون في البداية قد تكون جديدهم عن مدى قصير ولكنها سمعت عن أحد بعيد ما حدثا عن ذلك

في بعض الحالات يجب التعامل مع الأشخاص الذين لديهم من سعي نحو علاج

\* لا يصرح

\* كذا رجع هؤلاء. ينبغي أن يخصص صوت

\* شعوب آل يوسف قد خرج عن السيطرة سحب هذا "ال" علي - احب لخدم والى من يستطيع الشخص الآخر مع من هذا الشخص أن يكون لديك كذب صخيم تقراء ما وجدت الشخص الآخر مزعج جداً، ووجدت أن عليك أن يسمع عنه فترة طوي

\* سمعت لعدة ومن تهكم أو مدحاة التي كثير المصعب. لتخفيف حدة موقف

\* كذا سمعت حيدا

\* من ثم تريد أن نعلم، وحاول إصلاح موقف. ويكرر أن هذا حيث تكون الأمور هدنة

### الموصفة الثامنة

حرب استخدام اتوية أثناء مقابلة النفس الجنبية

الاية التي تستخدم لعلاج فترة مضطربة النفس الجنبية لابد وأن يجب حسب المشكلة التي يعاني منها هذا الجزء، والأشخاص الذين يعانون من هذا النوع لابد من استخدام بشكل جيد الأدوية المعروفة مثل Ritalin ، methylphenidate و Adderal وهو خليط من أربعة أنواع من علاج الادوية من Dexedrine (dextroamphetamine) أو

(pemoxine) Cylert ، (methamphetamine) Desoxyyn

ويُعمل هـ الأدرينالين عن طريق تنبيه لداق عصبي سوبين والذي يعمل بدوره  
عن عدم توقف نشاط قشرة بدمه الحس بحسبي السبب الأساسي لاضطراب  
فصوي لاضطراب وهذه الأدوية خلاف للاعتقاد السائد "تؤويه عمة، وجمها أقر  
تدري" ويظهر نتائجها في أمحال تقريبا

وهذا ريث هذه الأدوية تُحدث تغييرا في هيئة داس حيث قمت بجرء  
تدري سب SPECT لظن في عشرة كذ يعني من اضطراب فصوي الانتباه وقد  
أظهرت دراسة هـ ثمة تدويه لأوب وأخرى سوبين وقد أظهرت نتائج أن  
تدويه هـ نجم من Ritalin ثلاث مرات يوميا قد أدى إلى زيادة نشاط قشرة  
معدية بعض جنوبي مما جعله قادر على التركيز، وتحديد الأهداف،  
والاستقرار، والتخطيط والتحكم في اندفاعاته

فمن وبعد تناول الأدوية المبيدة



سائق بحسبي ثلاثي الأبعاد الجسم البشري

اضطراب فصوي لاضطراب تركيز مع	اضطراب فصوي لاضطراب تركيز مع
تدويه هـ نجم من Ritalin لاحظ	تدويه هـ نجم من Ritalin لاحظ
ملاحظة البصر بحسبي والبصر البشري	ملاحظة البصر بحسبي والبصر البشري

وك قمت هذه كاملا سجل هـ يقويه بي مرضاي لبالفعل بعد يعانون من  
فصوي الانتباه ثمة فاعلية الأدوية بي بدولوجيا وإيث بعض من مميزاتهم  
ثم أصبحوا أكثر قدرة على الوهم بالعالم من حولهم والتميز الأول في جوانب أي  
الأمال وثمة سبب لحسبي وأرى التخطيط وثمة أكثر حول الجسم، وأرى ثمة السبب من  
مؤلفي





فترة بعدة أشهر لاجبي لحسنه صبره بعدد من هؤلاء الأشخاص فعادة  
تدبر

وهذا يعود من مصدر الاكتئاب (أسبويه) لاخرى فيه في علاج قصور  
الدواء مثل Norpramine (desipramine) و Tofranil  
Imipramine) والذي يعمل على زيادة معدل العصبي  
norepinephrine وذلك بعد تعيين بشكر خاص في علاج اضطراب  
قصور دواء وعرض حدة الاكتئاب كما في (bupropion)  
Wellbutrin) يزيد شغل قصور دواءين ويعد غالباً في علاج الأشخاص  
سريعين يعانون من اضطراب قصور الاستياء أو الاكتئاب أو اضطراب انفعالي، أما  
Venafaxine, Effexor) يزيد استجابات للعصبيات الحركية  
بالمصغرين والمجتمعات الكبيرة من قوى و زيادة لتلق العصبي يومه.  
وهو مفيد في علاج الأشخاص سريعين يعانون من قصور الاستياء الذين يعانون في  
التركيز أو يعانون من نوساوس

### الوصفة التاسعة

#### أغذية سلبية قشرة مقدمة القصر الجبهي

التدخل العلاجي من خلال تصفية يدك أو بعدد بشكر خاص في علاج  
هذا الجزء من الدماغ. ويرجع على اتزان و أصف مرضي قصور لانتباه بعداً  
عدائهم يزيد فيه نسبة السيروتونين وتنخفض نسبة الكينوبهرات، ونقل فيه  
معدون سلباً وهذا انظم العرشي يوزن في نور سدة حركي عدم ويسعد  
من زيادة الفدة والتركيز ولكن هذه بعداني في أفرقة علاج مسي  
بالتنويهيرات سلبية، مما يكون به تأثير مسي على مستوى الكينوبهرات في مخ  
وعلى التركيز فهي ظر عمل بوسدين خارج لمر لا يكون هناك مسيح هو  
لوقت لإعداد وجبات صحية، وبالتالي أصبحت وجدت الأطباء سريع في  
هذا فالفصل اليوم أصبح يحتوي على أفعلة غنية بالكينوبهرات مسجلة  
على التدبير الحديث. وهذا في الحلاء والتحكم لمر واحيوي ولم بعد  
هذا وجود لسيهر واستحق سبب قبل الوقت والاستعداد بأن الذهن مضروب

سحبته وهي الرشم من أهدبه نوحى الحرص عند تناول حوى، إلا أن  
لا تمار أهدبه ليس مصر بلعابه بالنسبة إلى من يعاين من قصور الأهدبه أو في  
حالة من حالات قصور الكويدين.

و بعد من الرشمية التي أفسح به للحصول على استرويدات نشرة الحوى  
بهدية من سحوى، ولحبر التي تحتوي على نسب حوى مختلفة وليسق  
بصحيات، ولأخصر أن يتم سحوى قد صغ نسبة صحيحة من بحصراوات  
والنظار استودحي يعني أن يشمل على (أوسيت) مع حبة ذات نسبة دهون  
مختلفة ونجم حال من اسحق كحوى اندماج والده، للموحي ينبغي أن  
يحوى على توبة ونجم هرج، و نسبة صغ تاريخا مع حبيبه من  
بحصروا، واعتناء استودحي يعني أن يحتوى على مزيد من كزيتوهرام  
لاحتث توارى مع ملحم بحسى من لدغ ولحصراوات، ولأخصر من  
استخبارات سبيحه بشر تكث ولايس كره و نظائر استخلا، واسكر  
بات وكزيتوهرام سبيضة من سحوى و سكر ومثل حبر، واعتناء،  
و أن واجهه صغ سوف يكون له أثره لا يهدبه على مستوى الطاقة والحياة  
بحرفية، وهذا اعتدائي بعد في زيادة مستويات الكويدين في سح و مع  
ب عيب، يعرف أن سح النظام لا يتناسب لأشخاص الذين يعانون من  
مشاكل في الجهاز الهضمي أو الذين يعانون من الإحباط في التفكير، ويحتوي قصور  
استرويديين هو صغ الاستي في ذلك، وهناك تناسب طردي بين استرويديين  
استرويديين فكذلك ردت نسبة الكويدين، تحفظت نسبة استرويديين واستكر  
صحيح

وبمخام مختلفات العناية به أيها أكثر إيجابية على مستويات  
كويدين، كما ساعد على زيادة استكر وطهه (كثيراً) و صغ مرضي  
بمؤر حليبه من كزيتوهرام ٥٠ ٥٠ (مجم) مرتين أو ثلاث يوب، وبمؤر  
صغ رجم، صغور سبال، OPC (oligomeric procyanidius)،  
ويمكن الحصول عليها من مشجر لأغذية لصحية (أ) صغ سكر ومن من و  
لحمه، ولجيتوكويدينها ٦٠ ١٢٠ مجم مرتين يوب، وهذه مكملات، تساعد  
على زيادة الكويدين وتلحق له في الخ، وقد قاد لي بعض مرضاي إنها تصاعد

على زيادة المدة، والتوكيد، والتحكم في الاندفاع قبل أن يجرب هذه  
مكتلات جديد - مستشرق جديد

### الوصفة العاشرة

حرب الاستماع لسمفونيات "موررت" من أجل التركيب  
تبدأ إحدى الدراسات في الاستماع لوسيلي "موررت" بعيد الاطفال  
من يدعون من صغريات تصور لانتشار وقد أحرى "رواني ريبوبوبام"  
وربما راب . ٩٠ ههلا بروج صغره ١٢ ٢٠ كما تد يدعون من  
ليطوب تصور الاسماء، وكذا يدعون بتشفين موسيقى "موررت" ليزلاء  
لاطفال ثلاث مرات أسبوعياً أثناء جلسات العناية لاسترجاعه الحيوية  
موجت مع وقد استخدموا مجلد امات من 100 Master Pieces  
اروئع منه" واري يشمل على مقطوعة البيرو لوسيفيه رقم ٢١ ومقطوعة  
"زواج ليجر" ومقطوعة لعود رقم ٢ في D، ومقطوعة "دون جودتي" وعدد  
آخر من مقطوعات اسوناب

وقد ظهرت هذه المقطعات بشدة موجت جيد في وثاب اسر استمعوا  
سمفونياتي وبوجت جيد هي موجت بطيئة وتوجد بشكل كبير في بنابر  
بصور الأبيد بنفس درجة يخضع موسيقى كم بحس مستوى تركيبهم  
وصمدي حكيمهم في حاسهم مزجيه واداعهم بالإضافة إلى تحس مهارتهم  
الاجتماعية ومن بين الألعاب تدريس بحسب حذقهم استمر ١٠ منهم على  
حاجه هذه مدة ستة أشهر بعد سبها لدراسة ولون مزج من شريف والذائع  
بشورد في International Journal of Arts Medicine 1990

## خطرة في التلقف والمهجسة

### الجهار الطوقى

#### رصد الجهر الطوقى

- قدرة على تحويل لاسه
- لزومه العرفية
- قدرة على التكيف
- لاسه من فكرة لأخرى
- قدرة على رؤية غير مرئية
- قدرة على سائر التهور
- قدرة على تدوير

"حين التلقف الخواص حرة طوي" فيه بين موصوف المصدعية وقد جرد، هو مسئول من تحويل الأتق، من شيء لآخر، ولا يتق من فكرة لأخرى ويؤيه بطريقت متحدة في الحياة، رغم ذلك مسئول عن اشعر بالأسر والامر، وحسن من خلال خبرته أن سب مصطح يرتبط بعد اجراء هو لزومه العرفية"

ولزومه العرفية تعني قدرة الشخص على مصير التهور، والتكيف مع التهور والتعامل به عليه مع مشاعر جديدة، وهناك كثير من مواقف جديدة حسب مرونة معرفية، فتلا منه تد في وظيفة جديدة تكون بحاجة شمس بعد جديد في نفس الأشياء غير من سبب منه فحتى إذا كنت تعمل شيئاً من سرعة محتففة في عين سابق، فإن تعلبك التحول من شيء لآخر لإرضاء "ديرك الجديد أو التكيف مع نظام جديد، امر حوى بحبك في عملك، وطلاب مرحته (أحد به يحتاجون به لهذا، مرونة معرفية، يحتاج في درستهم لكي به به هذه مرحته بعد العديد من الخلاب في جني لرواحهم من عدة مدارس خلال اليوم وذلك من ضرورى أن يكون، لديهم القدرة على التحول بين أسس تعلم محتففة حتى يستنى هذه التكيف مع الأسس المختلفة لتدريسهم

والثمة مهمة بعد في صدقه. فما قد يصحح مع صدق له لا يصح هناك مع الآخر.

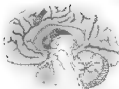
والإمامة مهمة لتغير والتحول يكون ساسي لعموم الشخصية، ولا يصحح زبهي، والجهاز الصوفي ما ن يساعد على هذا أو يعوقه، لأنه صلب بعد كذا ينبغي يكون بإمكانه أن يتكيف مع ظروف اليوم. أما بعد بعد نشاط أو غيره. فإن هذا يؤثر سلباً على الروح.

وهذا جزء من الإصالة في مسئولية عن الروح فهو مسؤول بصفة عن عموم. فعندما يعمل الجهاز الصوفي بشكر سيم يكون من السهل أن يحول إلى سلوكيات مغايرة، ولاشخاص الذين يعانون من مشاكل في هذا الجزء يحدون صعوبة في تحويل الأنسب، ويرتفعون على هذه سلوكية غير جيدة لا يحدون عنها.

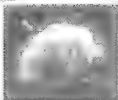
في الجهاز لطيفي حسب إلى حسب مع قشرة مقدمة لبعض تحيبي صفة. بالتفكير الاستيعابي كالتحيط وحديد الأهداف. فبعد بعد هذا الجزء من مع بشكر سيم يكون من السهل أن تحدد وتحدد أهدافه استيعابه، أن إذا حدث انعكاس من الشخص قد يرى أنما على أنه محووف في حين أنه ليس كذلك. كما أن هذا يجعله يتوقع أحداثاً سلبية ويشعر بعدم الأمان في هذا العالم.

ورؤية الجوارب من ساسي بسبوك شكيفي وبعد ينص بمبدأ تجد أن طبيب ابن سينا هذه على التكيف يكون بهذه الاستعداد لا يستخدم أفكاره فيتموحيات جديدة بعد أن يشع عنها الأساس المضي، كذا بعد صلبة، ذلك لكي يعطي مرهه أحدث معلومات عن كذا هو جديد ومثير أما طبيب بني يعاني من مشاكل في الجهاز لطيفي (وقد فقدت بعض مسح على مع العديد من هؤلاء الأطباء فجاء بعين للصلاة. جعل الأطباء بأخرقة التي عند علمهم وبشكل ينسب بالأمه. كمن أن أوله ب. إذا كيف تربيته. بالاعتماد والقدرة على رؤية الجوارب والتأثير تحيبي من ظروفه ولاكتساب السلوك العنوائي.

## التشبيك النطوقى



التشبيك النطوقى



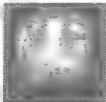
منظر هندسي ثلاثي الأبعاد حال تشبيك

التشبيك النطوقى



منظر ثلاثي الأبعاد من أعلى لأسفل حال تشبيك

التشبيك النطوقى



منظر ثلاثي الأبعاد من الأمام للخلف

حال تشبيك التشبيك النطوقى

## مشاكل الجهاز النطوقى

- ارتداد
- الاحتمال بآلام حاسية
- التركيز المفرط على أفكار معينة "الهواجس"
- السلوك الاعتراضي
- الجدلية
- عدم استماعي - تميل للرخص بشكل متناهي
- السمات الدلالية : من كحول و مخدرات. اضطراب لائق
- لائق المرن

- عدم انزوعه شعريه
- اضطراب بوسواس لقيري
- اضطرابات عيف، اضطراب الوسوس القهري
- اضطرابات لاشي
- نصب اسطريق

عندما يكون هناك مشاكل في الجهد الحوفي يميل شخص ان الإفراط في التركيز على الأشياء، بحيث يحس نفسه داخل هذه الأشياء، ويعد التفكير فيها من الضروري. وقد يؤدي هذا إلى شعوره بالضياع وسبقه من المعثر على هذه الأشياء. قد يجد نفسه يحكمه بالأم الماضي واحقادته دون أن يستطيع سيطرته. وقد يشعر عليه أفكار سيئه و يغير لديه بعض الوسوس القهريه كعمل جدير والإفراط في تلك من غير حسن

وقد وصف أحد المرضى الذين يعانون من مشاكل الجهاز القوي هذه المبره قائلاً: "إنني قد لو كنت هي راحة سريه، حيث تنكر الأفكار مراً وتكرار كما يمكن هذه المراجعه" وصعب من قبله: "إنني شبه كما لو كان يجب أن إعادته لتعمل لا بعض أبدأ على وجه من شيء لا يوجد إعادة التفكير في شيء". لا أنه سيستمر في الإلحاح على نفسي.

وسوف نذكر، يبحر مشاكل الأكاديمية سعادة بالجهد الحوفي وهذا. يجد هذا سعيه أستاذ أكاديميه جولييه" تفصل به بحره من أربع وهي عبارة عن مشاكل لا ينجح في حلها وشبه لا اضطراب انكار ولا سعيه في حلها وصحي مثله، ولكن مع هذا تؤثر سلباً على جودة بحبه، والقو يجب أنكم ناسي وعده المروءه المعرفيه وحلابة كل هذه المعرفه قد لا سعيه، هناك علاج نفسي. ويجب أن يخلق فائدة لا شيء بها في حياتك

### القلق

عنى رشح من ر كرم من مبره وقت يشعر حبه، فهو دوماً يصل ما يكون (أرب للاعتراف في بعض أو مبرسه) لا أن اسير يميلون من مشاكل في الجهد الحوفي قد جعلوا قلق مبره من شخصيتهم بحيث أن يخلق هذا يشعر عليهم مبرحه تجعلهم يؤمن أنفسهم عصبياً وبدياً وذلك لأن قلق



مرمر يمكن يؤدى إلى الضغط واللام العدة وصدع وحوسر وسفاه الفلق  
على الآخرى يمكن ربه ذاب يجعلهم يشعرون بالوتر، ويجعل الشخص الفلق  
يدو أن هذه بل ريمت فقر مصجا

وقد شك في صديق يعرف طبيباً يمد في حلق عشاء من أن زوجته دالة  
لنقى وفان "به فلق نهاية عن أسرة ماكسب وهي نسب لي ولانسان  
لا علاج ، عالماً ما صاحب فيها صناع وموم مرموس، دار فلق الأنف على  
لاسرعا بحيث لا تقوى بشأن الأمر بدنية في الحقيقة وقد كند اعرف  
وجد هـ الصديق عند أقدم وعلى لرقم من به لم يعد قد من الحق ولم  
كن منطق غيباً أعرفه الأصحاب الهوى وخطوب، لوسوس اعفوي إلا  
سوى كلب مند تقوى حرة من في شخصيتك وقد عرف من نقشي مع  
عد حرة به ما يش في قوة من فر عشاء يعنى من مشاكل كيميكية  
منه من كحد أو كحد - و سوككس اعفوية ترتيب بالبحر  
حر

### الاحتياط بالأم الماضي

مرش هـ ك يودي مشاكل خطيرة في حياة الشخص، وقد هاجت  
- ما هـ كات، تعصب منه من زوجنا فهي رحلة بها في هاوى سمح  
مراج عينية بقى ينظر للنساء على شامى مد صاب زوجته بالنور، لأنها  
حسب به لا يحلص به وفتحة أفسد الزوجه ارحله كنية وظل  
سك هـ لآخر سنو بعد رب

ومر كاتلة لآخره لشكر، حصار عوفى ما حدث لأسرة حبيبة تكبر  
مر سون كـ مروج من لورا" تقوى كاد منها بر في كات من حرة يدعى  
رذ، وهى ارج شمت نور وبها يعيشان في صاب والشبه، وبعد مروج  
سرة فسيوة طلب "كون" و"جور" وبها لويارة واسيها، وقناه لويارة طلب  
رذ، "مريه من ولايس كرم عرقص كون" سك حلى لا يند عنه عشاء،  
وشا واسي "لورا" صرب كلام "كون" عرض الحائط أمام الضل بأن سمح له  
من عدول هـ رذ بها كصوب "كون" وحاول جاهد أن يقتنعهم برأيه، ولكن  
خير هـ سوككس عني - لا يدري شيئ، لأنه أب جديد، وهناك جدول

أجاب مرة أخرى : يتكلم معبد في هذا الأمر يصف من من الموقف من عدل  
 يذهب معبد ، يجد معها يصف حتى تكلم مع "أبو" مده عام ونصف ،  
 بعد ذلك الكثير من المشكلات الأسرية يكون سبب نشأة الجهر خطوي العرط

### عدم المرونة المعرفية

ويقصد بها عدم القدرة على التكيف مع تغيرات الحياة اليومية وهي  
 سبب في بعضه مشاكل الجهر لطوي وهو لائحة الوضحة على عدم مرونة  
 معرفية سبب عدم أصدادي التي تلح من انصراف سبب وتدعى "كيمى"  
 كانت "كيمى" تدعى من "أختها" تدعى أن معها الخروج في مرحلة مما كان من  
 الحب إلا في حشر معبد وبهذا "كيمى" ولكن "كيمى" لم يعجبها هذه  
 تليس وحشرت بها أحد ملازم حري فرفضها بها ، فصمت حشر  
 على أن حشر هي نفسها ولا يترك الأخير ، "كيمى" وأن "كيمى" كانت  
 ترفض في أريد ، عند صبي وقد كان في شهر فبراير وكان الجو بارد في  
 خروج فقد أخذت لكي وتصبح لتحقيق ما تريد ، ولم يطلع معها شيء مشبه  
 عن رأيها ، وهذا سبب عيبها ففكرت الصبي ولم تستطع ، تتحول  
 عيب.

وخلال الأيام التي قضيها في الاستشارة بوجيه ظهر لي مثال آخر  
 بعد امروية معرفية وهو أن يطلب شخص من آخر تدعى أميرة ، وقت بعد  
 ولو بوقت قصير وانها استمارة ، اثناع لها الأمر تصب زوجة من زوج  
 و يخرج بعض الملازم من جهر استجيف ، وأن يخرج ملازم من النساء  
 ويصحب في جهر استجيف ، ويطلب الزوج من الزوجة لاستمر قليلا حتى  
 ينتهي من مشاهدة الجهر الأخير من مدركه ، مما يكون من الزوجة إلا  
 أن شار ، تصب من الزوج أن يفعل هذا في الحال ويبدأ لاند في حشر ولا  
 تشعر الزوجة بمرحها ، لا بعد أن بعض من الزوج ما أريدت أن الزوج فيشعر  
 من زوجة مداهمة وسلب عيب ، وانصبت حبه ما كان يصعب وصروقة  
 فعل شيء في الحال قد يأتى من مشاكل كثيرة في العلاقات ولا شيء من حسب  
 برجة من زوج أن بعض ما تطفيه وألا يتقوى أو يأخر عن ذلك قد يكون له  
 ما يبرح ، ما كان الزوج كثير يمشي

وهناك الكثير من الشكر المؤدية التي يكون سبب منها عدم القدرة على  
تحويل الاهتمام أو عدم القدرة المعرفية أو هي قضية موحدة بذلك

- الاهتمام على تنمية معينة وعدم الرغبة في تجربة نوع جديدة
- الاحتفاظ بشكل معين للحجرة
- القدرة الرغوية بغير طريقة كى مرة أو تجنب هذه التجربة  
بسبب عدم الشعور بالراحة كى يحيط بهذه الحلاقة من توصي.
- الشعور بالعبء عند تغيير خصائص الأشياء في لحظة الأخيرة
- تأثير الهم على الطريقة في العمل حتى إذا كان ذلك في صرح  
العمل (كأن لا يكون موزع بغير كذا في الوقت بطلبات معين مهم)
- الطلب من أفراد أسرة أو يقوموا ببعض الأعمال المنزلية لشكر معين  
وذلك ما يردى قد إلى إهدابهم واتخذهم رغبهم في مساعدة)
- التفكير في يؤدي عدم القدرة المعرفية في توفير استعارة ويوجهه وعرب  
شكر ترويجي

### الرفض الألي (التلقائي)

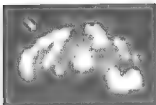
يعمل كثير من الأشخاص على التخلص من رغبة معرفة في نشاط الجهر  
حتى أن رفض التلقائي أو الألي (ذلك بسبب صعوبة تحويل اهتمامهم  
فكرة لا غالباً ما تكون أرب شعبة يعرفونها حتى دون أن يتكروهم به كانت  
لا يصحبهم أم لا وقد حكى لي أحد مرضاي عن والده الذي كان يسرع  
بعدم لا حتى طلب منه شيء كأن يطلب منه الآن مثلاً في أن يستخدم  
سببه وكان أبناء هذه الأسرة يعرفون جميع أنهم إذا طلبوا منه شيء فإنه  
سيفعل في يد به جميع ولكن حياتاً ما يعرف به بعد أسبوع أو شهر  
وذلك بعد يتكرو لأمر

ويوجد في حياتي العديد من الموظفين الذين يدور بشكل واضح من  
مشاكل الجهر الحرق فكثيراً ما جده غير معزولين ويعملون حرقاً نجنب  
لهم ما يطلب منهم وكثيراً ما يتدهشون بشأن ما يطلب منهم فيسردون  
أسماء من سمعهم من قبل شيء بدلاً من أن يحاولوا حل مشاكل  
الإيجابية

وهذه هي عاين لأرواح وروجت من مشاكل في الجوار الطوفي غالباً ما  
يخضع، على شكل ما يريه. هذه خبرتي عند لأرواح انه حين يريه معشوقه  
روجته كان شبه أن يتظاهر بأنه لا يربح في ذلك وقت في السبي بنا صحت  
منها عند يشكر مدبر إلهي سرمد. وهي عادة من نرى ٩٩ طناً من بين كل  
عشر مائة. أو. أصعب عرفة النوم ليلاً [علامة على رغبته في معاشرتها]  
جاءت ما كان يسبب قوتها وتكون بها لا تقهر برغبة في ذلك أما إذا  
كبرت عدم اهتمام بها، وصحت بيدي على ظهرها فربما طوية بعد يكون  
منها نوبة أو منطوية ولا تنبأ. و محاولة فعل هذا ظم يش يحدى معاً  
وجهه انزعاج حزين لجملة شجرة على كثير من أروع العلاقات

### غضب الطريق

وهو شيء يحدث للكثيرين عند تسبقهم سورة أخرى، به يتابعهم غضب  
شديد. وخسر اللزج والأشعث. حين يعودون من مشاكل في الجوار الطوفي  
كأن يريهم هذا الأمر في سو حالته. وشكناً أساساً هت أيضاً صعوبة تحرير  
لأبيه. فمثلاً ما كنت تقود سيارة بأحد الطرق السريعة وتعرفك شخص ما  
سواء كان معظم من سيقولون أنفسهم "هذه لحظة" قد يكون الأمر ما  
بالجانب من من يعودون من مشاكل في الجوار الطوفي. كان واحد منهم سيقول  
عند "أنا بوجه هذا بوجه" ولا يستطيع تعديل مذهب وعرفه يريه  
ما هؤلاء من حيرة من غضبه بفعل شيء جنونية غير الطريق كسب  
والأشعث والمعارك والتحرش بالسائقين الآخرين. وقد كان من بين مرهفي  
شخص بالنسبة ببنكاه. وكان ناجحاً في عمله، ولكنه قدم عدة مرات بمطاردة  
لسائقين اثنين بمحاوروب. وفي مرتين من هذه المرات خرج من سيارته وضرب  
سائقه سيارة الآخرين بمصرب بمسؤول خطيئة معه في سيارته. وقد جادني  
بعد مرة بذهبه وقال لي "ما لم ينعدي في الشخص من هذا القبيح في  
الأنوار اسحر". وقد ظهر من سيارته وجوه. شاهد مرهفي في "منصف طوفي  
عد جمعه بمرهفي في المراكب على التفكير المسبب ما يفسد من قدرته على  
التحكم في عصبه



مظهر حسي ثلاثي الأبعاد للمخ حال مشاهدته  
لاحظ التردد اللوحني في نشاط الجهاز القوي (النسيم)

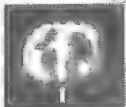
### جيل

الدهر ، حين خالت مبرهية بعد كذب شجب بعض كل يوم  
كذب مبرهية من شخص كان يحبها خلال مر ستعا و مبرهية لثابته وادبها  
فصل صغير ، ولكنها كذب لشعر بلوسي ، حبة ، فروجها كان لديه استعداد  
لنوكه وكذب هي وطمعها غداً ما يشعرون بالعبء والارواح كذ أنها كذب  
بعيد من سر ، ونحسب سبب نحن حبيب نظرب نوساوس النهرية  
قد ظهر هذا الاضطراب في سطورهم بعد ساعات كل مرة بعد عودتها من  
من كذب صبح في روجهم وعطشهم ، حينئذ كان حشر في تركيب لاشبه ،  
كذب سطر في نوبه همتيرة ناسف شعده على الأرضية وكثير ما كذب  
بعد نفس يديها كذ كذب محسن روجهم وعطشهم يعسو ، يذيم ما يريد  
من حشر ما كل يوم ولم تعد تعشر روجهم لأنهم لم تستمع ، نصيب  
شعر بلوسي رجب سطر

ولقد حسي ابروجهم بعد ما اصعب على شد حرف اصلاق ، وفي بعده  
في روج مشكك من وجود سس بزوجي ، يدعي منه حين وقد اوصعب  
من سبب وجود ربا ، في نشاط الجهاز القوي بما يوضح أنها تدعي من  
سبب في تهورهم اهتمامهم

وبعد على حد وصف ليد Zooff وخلال سه سابع اصحبت لشعر  
سرحه كبير وقت سوكيها لغيره ولم تعد تأمر صديقها بفعل يديها

كله رتبه ولم يصدق روح ما حدث لزوجته من تغير. حيث عادت كما  
كنت حين روحها



مسافر ثلاثي الأبعاد من الأمام الخلف للعين حال مشاطة  
لاحتراقه الخوف في هذه الجوارح الطولي (السهم)

ويحكي من روح بين سببي في ربة ملايد شخص من عيوب  
ايوسوس ليدري في انولات لتحدة لامرئيه هذه الاضطراب يضعف لاده  
ايوسيني للأشخاص عامة وعالمنا في يوشر على جميع افراد الاسره. وهذه  
الاضطراب عالمنا لا يلاحظه من لا يعيش الشخص

وملايد المسره لهذا الاضطراب هي نوساوس وهي عبارة عن أفكار  
تتبع عذوق و الاشعره بحث بشأن التفكير والسلوكيات المبرية وهي عبارة  
عن سلوكيات لا بد ان يراه هذه من ورثه ولكنه يشعر بأنه محير على فعلها  
والأفكر. يحتاجه سدة في تكون أفكار لا حكمه من وراثنا. ومن بين هذه  
الأفكار التفكير ذاته في الحرف كثر يفكر سدة في فيقتل اباه و التلوث (كل  
يحتاج لره من بهد يعمون من جزء مصاحبه شخص آخر أو شكوك  
في يمتد شخص به في ادى شخص في و حادث مؤروري على رغم من عدم  
موقع بشأن هذه الحداث. وهذه حاله شخص استبطه على هذه الأفكار. ربه  
عوتها

وكثير لسلوكيات مبرية شيدها عمل بين. وبعد. ورجعة  
وملايده. وهذه في ادى هذه السلوكيات صبا القود معينه وبأسلوب صاره  
وقام جد. فعلا الشخص ادي يدي من سوت لعد لغيري في يشعر بحاجة

لقد كان شوق في الرضيع المؤدى إلى معطل أو الترس، فشوار الذي قد يستغرق  
 در معظم الناس خمس دقائق قد يستغرق من شخص آخر في بعض من اثنى عشر  
 ساعة ثلاث أو أربع ساعات. وبشكل عام هناك جزء من الشخص يذوب عدم  
 حدود. يقول ادي بعضه. كما أنه لا يشعر بمتعة في عشاء. ولكنه يشعر بمص  
 أنه بال بزر في ربه

وبحسب شدة هذه الاضطرابات بشكل كبير من شخص لآخر، فليعض  
 يتم الاضطراب لديه بسبب، فبعضه مثلاً بضرورة أن يكون الدول نظيفاً ومرتباً  
 غير يخرج لعدة اجراءات. و بعضي الإجازة في اتفاق بشأن حالة المنزل  
 والأحداث الأكثر حداثة من عدم الاضطراب قد تجعل الشخص يلوم اليأس لأهواء،  
 قد شجب ذات مرة سيدة تنبع من لعمر ٨٣ عاماً كانت تعاني من أفكار  
 جسدية عاجية تجعلها تشعر في عيبها. ووصل بها الأمر حتى خلق جميع  
 لأبواب، وثمانين نساء، وأربعة الأتور، وقصر لتليفون، وانجوس وسط غرفة  
 نظيفة. وقد ولدته بتجنب التفكير في الأفكار الجسدية التي كانت تبعها  
 قد شجب في السور حبيبها قد سوجب إيداعها مستشفى

قد وضع بحث كثير خلال الأوسم قليلة خاصة وجود سبب بيولوجي  
 اضطراب الوسواس القهري. فقد وضحت صور دراسات SPECT وجود  
 خلل في معطل دماغ في أجهزة لطيفي مع ريشه في نشاط بعد  
 اعتدبه وهو ليس في يكون. لكن مصحح لهذا الاضطراب

وإذا تمت معالجة بعضه جزئياً بعلاج ادرائي، فكرياً، مدسياً لعلاج لعدا  
 لهذا الاضطراب. وهناك ثمانية فوية لعلاج الوسواس القهري في لطيفي  
 واثبات الحاية التي تخلق أعصب في علاج اضطراب الوسواس القهري هي  
 Prozac (Fluoxetine)، (Clomipramine) Anafranil،  
 Efexor و Paxi. (proxetine)، (Sertraline) Zoloft،  
 Remeron و Serzone (nefazodone)، (venlafaxine)  
 Luvox (fluvoxamine)، (mirtazapine) وقد خلصت هذه الأدوية  
 كثيراً من أعراض هذا الاضطراب لدى الكثير من المرضى

و علاج مسوفي بعد هذا في علاج هذا الاضطراب حيث نعرض سره  
 بشكل من حيث موقف شمره وتكون في العذب بطبوس وعدادات دامية. ثم  
 يوم لعلاج بتعليم المريض ومن يتألف التفكير ثم يشجع على توجيه أسوأ  
 به يعرف به (كأن يقع مثلاً بخصر الذي يعرف من بدورت و اسلوك  
 بتعقب في لطيف)

### اضطرابات طيف اضطراب طوسوانس القهري

هذا مجبوسه من الاضطرابات صبح حديث على سبيله (اضطرابات  
 طيف عسر - وسوانس القهري) والأشخاص اسير يحدون من هذه  
 الاضطرابات بمرور بشلل مغوط على أكثر لا يؤيدونها (وتنهد سج على  
 سببه بحيث لا يستطيعون توجيه من خير تفكيره الا اذا تصرفوا بشكل  
 معين ويحدد احيد القوي 'روان ييز' الاضطرابات التي تشكل طيف  
 اضطراب لوسوانس القهري كالآتي: اضطراب نوع الشعر، واضطراب قسم  
 لأظفر وسلامه سورف، وهي عبارة عن اضطرابات صوتية وحركية لا رجعية)  
 واضطراب (حوس اسرقذا) واضطراب لشوة انجسمي (وهو شعور من جرد من  
 جسم مكان فيج حذا) وسوء اسرح، والاضطراب اسرحي ونفسه امبري  
 ولعمارة مرضيه والام لوسوانس واضطرابات لاداس واضطرابات لاسي،  
 واصيف اليهم اضطرابات التحدي لاخرشي

واحدة عينة من الأفكار الهاجسية التي توتر بشكل كبير على اسديك

- \* لانه اسرح "بني شعر بألم شديد" بني شعر بألم شديد "
- \* اضطراب لاسي كضلال شهية طعام و اسرح مرضي مضعد
- "بني مضعد جدا" بني مضعد جدا "بني مضعد من مضعد" يندرج  
 مع هذا.

- \* اضطرابات الإنمان "بني بحدحه شراب" اقدي بحدحه شراب "
- \* مضمة الرضية "مضمة امرة مضمة" مضمة امرة مضمة "مضمة  
 مضمة مضمة"

- \* مسول امبري "أحتاج لشراء هذا الشيء" أحتاج لشراء هذا  
 مسر "أحتاج لشراء هذا الشيء"



## • اضطراب محدي لأعراضى - لا من الفعل، لا من الفعل لا من أفعل

في سنة ١٩٩١، عرض سور، مونسو المذكورة بالعلم بقومي لنصحه  
بمنه في الآية حينئذ أن صور مع لوصى أندير يعان من حوس من أشعر  
بسة صور مع لمرضى عين بدتور من صمراب أوسواس استيري وعند  
بسمير الله استكور جاءه أمير محمله عن الصور خصه مرضو صمراب  
أوسواس المهرى، ومع هذه فعمد تم علاج هؤلاء المرضى بمضاد الهواجس  
وذلك Anafranil، بحسب نتائج أجهز حوافي في بعض مصدرة  
وقد بينا في حديث هذه معجزة مرضى اضطراب الوسواس القهري بمضاد  
لاكتئاب ولهاوجس

ولم يطرأ على حاله شيء، لا اضطرابات طيف اضطراب الوسواس  
قهرى بمضاد عنها في حياتي نهنية

## الألم المرض

### مستويات

في عام في أربعين من عمره يعنى في سن السادسة ولكن قد صيب في  
شبهه بعد عشر سنوات من سقوطه من فوق أحد الأسطح وحصل بعد ذلك  
سحب من حرجية في الظهر وكما ظن يشعر بالألم، وقد كان مستنداً للمرض  
طريح تقراض، وكذا يفتقد أسويه لأنه لم يكن يفكر إلا في الألم، ولكن خوفه من  
قد سرقه هو أن دفعه مدحوب بطوب نفسي وقد وصفت صور مرة  
SPECT وجده بشدة مفرط في جهاز الحواسي وقد وصف له ٢٠ مجم من  
Anafranil يومياً وبعد خمسة أسابيع قال إن الألم حارل موزر ولكن  
تجدد عن الألم من كثير، استطاع استبدل من سريره وإعادة العمل  
بعد شهرين خروى في حاله حبيبه من الألم المرض استجابت للعلاج  
بمضاد الهواجس

## نوسلي

طلب "نوسلي" دواء اعشرون عاما تعديني من فترة الطعام مدة ثلاث سنوات في حد نفسه. كنت تستخدم أنوية مبنية عدة مرات، لكنني تريد من كمية من الأدوية من طعام بالإضافة إلى أدوية للتشنجات. بهذه مدة سبعين في ثلاث ساعات يومياً. كما أصبحت خيالة. الشره يحدث بشكل متزايد. ولم تصح معالج إلا بعد حساب أن الأمور خرجت تماماً عن نطاق سيطرتها، وخلال مرحلة التعقيم لدرية عروسه "نوسلي" سوكب غير طبيعي وأني لكرهه ومع هذا فعندما كانت تدعى أو أصدقاء كنت تشعر بها لا بعد إلا أن تستلم هذه المصوفة بعد الأكل لم تكن تستطيع أن تخرج فترة الحظوظ من راحة لوزي من عنده. و"نوسلي" به حذره كانت تعديني من اضطراب لوسولس القهري. وقد وصفت صور بـ SPECT في آخره. في "نوسلي" به في مشاهد الجذور الحرة في وعقد الجاعدية. وهذا على هذا تم وضعها في مجموعة تعديني من اضطراب. لكن والحدود هناك. بروجيكت ولاكتئاب Prozac. وتحدثت جانب بشكل كبير على مدى لاشبه ثلاث لدية. في حد به كانت تأكل بشكل طبيعي. رافقت تماماً عن تناول المشروبات وأصبحت تقوم بالنسيب بهذه يومياً مرة من عن فترة

وقد اشرف حدي مراد علي "أجريب علي Prozac" في نوسلي في مجتم يومياً من Prozac بقى بشكل كبير من بوبس شره واستحوذ لداقي. وقد أثار لاسباب لدية. في Prozac بطل من مشه لجه. القوي لدى مرضى اضطراب لوسولس القهري

## إنمان المحترات أو الكحول

### حوشو

من حوشو في تعديني محترات وكحول وهو في بداية عشرة من صوره. ومع يعرف ذلك بعد، لا وهو في اسادة عشرة. وبعد أن كان قد تناول محتر LSD أكثر من مرة مرة. وكان يترب رجاجة من كحول، يومياً على حد قويا. وقد صرح حوشو "بده حوشو أكثر من مرة لافلاح عن هذا، ولكن

من جنوى وعقد جاء به والداه صباح لى وجود تاريخ قوى حادى بدوس  
 احذرت وانكحوا سواء من ناحية الاب او لاء وقد عسى الرضخ من ان ايا  
 من و عسى لم يمانوا احذرت و انكحوا وبعد ان اوضحت دراسة SPECT  
 وهو يشاهد عرفت ان جهاز عوقى وصف به Zoloft بالإضافة إلى علاج  
 نفسي اعزى والعلاج من خلال مجموعة لدم وقد اشار جوشو إلى أنه بعد  
 العلاج كان لا يزال يشعر برعبه في النوم هذه لمود الخطرة، ولكنه كان يشعر  
 بحر عسى جانب هذه الرغبة بسهولة أكثر من خلال انوسائل السلوكية التي  
 نعمية، حيث أصبح بمقدوره أن يبعد فكرة المحذرات والكحور عن رعبه

### المقابلة السريرية

يستمتع الآخرون بمقابلة، حيث يشعرون بمسودة عندما يقولون  
 وبالإضافة إلى حضور، وهم يركزون في سادسة لعبة حظ تأشياء كثيرة في  
 حيد وكر هناك بعض يدمون مقبرة ولربهم دعوت حياتهم يربط، وقد  
 عرفت جمعية قلب نفسي الأمريكية مقبرة بأنها سوك دائم ومكرر يتصف  
 بسوء التكيف ويؤدي إلى إهداد الحياة الشخصية والأسرية ووظيفته لشخص  
 وامداه عرضة عدة ما تبدأ "يوم كبير" ويظل هذا يعوز عائلتي في نفس انماهم.  
 بعض يحاول تحفيده برة أخرى إلى حد يدمير نفسه

### الأم

دار "أم" قد جاء، عرفت بسبب شعوره بالإحباط وذلك بعد أن هجرته  
 وحده وبعد أن ذهب إلى محام سيدة في إجراءات إعلان الإفلاس وبعد أن كتبت  
 مقبرة عسى أنه وقد كان "أم" زجر عداها سجدت بعد من أجل ليد  
 ا مشرعة بعض، ولكن في سنوات الطفلة التي سبقت مجيئه في كتاب بعضي  
 معظم وقت في حيد ليد، ويكثر حرد عسى "يبدو عليك نهم" وفي أول  
 حسب أن قال في "بني النهر بني"، يدفعني نحو مقبرة وأن أعرف أن حب  
 سيدر حرقتي وكسني أشعر نفسي بأنم فمن هذا، لربني أشعر بتوتر  
 بريد، وهو أنحصر في عسى كتب ستقد نفسي في أفور، وقد هو قد كان  
 سطر عسى بغيري وقد كان "أم" نفسي حيد مدعون لتكحول، فلو أنه وجد

لأنه كما تدعى النحول، وعلى الرغم من أن آدم نفسه لم يكن لديه مشكلة مع النحول لأنه كان من الواضح أن لديه إدمان من نوع ما، وقد كان لشرح جهر مغربي "آدم" دور مفيد في العلاج، حيث أصبح يعتقد أن يتعرف من العديد من أفراد أسرة من يدور من مشاكل في تكوين الأسرة وقد كان ي "آدم" لأنه "أ" سوي جميع أفراد الأسرة معاً، فقد بدأ في شجاره مع بعضهم، كما أنهم قد يشعرون لصعوبة لتسوية وموت وقد ضم "آدم" وجميعية للتدوير النحولي بالإنابة في خضوعه للعلاج النفسي. وبسبب لجرحه بدمية صغيرة من Prozac حاصده عن التحول عن الأفكار انهجية التي تعنى بالبقاء، وفي النهاية استطاع "آدم" أن يعيد علاقته مع زوجته ويبدأ سرورته

### الإعتراف القهري

الإعتراف القهري هو أحد المظاهر السامة على وجود مشكلة في الجهر عوقلي و شخص من يعاني من هذا يجد نفسه في ساحة تصنع وشرائه وحمه نفسي وقد طويلاً في التفكير في أنشطة انشغالي ومثل هذا لا يمكن أن يدور الوضع الذي شخصه، ويحضر علاقته ويكون به آثار سلبية على نفسه

### جيل

ثالث جيل "جيل" تعني كمجموعة منكب بإحدى شركات لمؤسسة تكبرى في "بال فرسيكو" وكانت بعد ما دعمه سيدى الجهر "يوسون سكوير" بالمرتب من شركته، وذلك حين عمر والده سنوات العاشرة وبعد الانتهاء من بعض، وكانت تشعر بسوء من الإثارة الحسية وفي "تقري بلاس" نفسها بـ "جيل" وكانت حقتع بشره لديها بالهوى حتى وإن كان مجرد به رب، بهم مدتها أن يسوق وعلى الرغم من أنها كانت تشعر بأن عليها لا معنى من لا بها ذات تجد مله في الإنفاق لا تستطيع معها أن تمنع عنها مله وكثيره كانت تدير بينهم رهبر وحب اشجاره بسبب ما تلقته جولات سواقها المتروكة ليه، وقد وصل به الأمر إلى حد حبسها الأموات من

بعض حيث كانت مستوربة عن دافع شيكات سرقة ويدت تكتب وبصوت  
 شيك سامعين وهميين تعطينه إليها شخصي، ولكن بعد مراجعة المحاكمات  
 والكتابات "مرفوعة" زافيت عن الاختلاس، ولكن دفاعها للشراء لم يتوقف، ولم يجد  
 دافع مدعة إلا أن يصفه بعد أن تشفى أن سبيها دبر بمساعدة البعض يشتر  
 ثلاثين ألف دولار، وسعت "حين" معالج بعد أن شعرت بسخري والحواف،  
 ولكن، وقد كانت تعاني من قلق مزمن يسفر معها طول حياتها، فهي  
 راحية برافعة حسب تعالي من صبرات الأكل، ولكن بما ين هم يعاني من  
 صعب - وسواء تهيرو وقد أوصحت صوت براه SPECT التي "جريت به  
 جود ريددة ملحوظة في شطاط ظهور لطيفي، ولذلك عندما كانت تشرح في فكرة  
 سلوكه والامار كانت تجد صعوبة كبيرة في التحول عنه وقد دأها  
 بل Zolof وهو بعد سهو جمن والكتابات "مرفوعة" من عملية الشفاء

### اضطراب الذاكرة العرضي

وهو اضطراب سلوكي يوصف به الاطفال والمراهقون الذين يعيشون إر  
 صمية وعذابات وتحدون والاعراض وجدد، كما أنهم يعيشون بسرعة  
 مرسج وثقوة بعد وحدهم لا يحصلون على ما يريدون، وبمثل هؤلاء  
 لا تحدث دائما بل يكونون غير متعاونين يهينون بل قول "لا" حتى إذا كانت  
 بعد "مصلحتهم" وسواء بأي أطرحه على ما عني لمعدني على شخص  
 قد لاضطرب هو من كل عشر مرات يطلب فيها من لطف أن يعمر شيك  
 ثم مرة، بعض فساد شيك - وهو جداد وشعار "ومعظم لافندي يقتربون  
 سمية - تصديه صدمات من بين كل عشرة طلبات يطالبها أو مدد - بل شكك،  
 بل لافندي اضطربوا باضطراب موسوس القهري فيصيحون عادة ثلاثة أو  
 رة طمات أو أقل من ذلك، ونظم من لا يتصيح إطلاقاً

### تيفيند

كانت أول مرة سميت فيها بـ "تيفيند" عندما كان في السابعة من عمره  
 مدد جددي مع والدته وهو بردي حده - بسخري وسجرت - بل جس وضع  
 توفيه على الأريكة لعلها ذات جور - لارو - بل شكك، بعد كان من به بعد



وغير مدججة . سلوكيات قهريّة و شخصية غير مبررة عساًء يكون لديهم  
 على مصدب اضطراب انحدري الاعتراضي وقد لعب دوراً هاماً في شدة حالة  
 المد المدقق عليهم عد المتبدد و جريب درست SPECT في كل من لاب ، و  
 لا ، و بعض وقد اظهرت على دراسة تسبع من بين الاحدى عشرة حالة  
 وجود زيادة في نشاط الجهر الطوفي . ويمكن ان يعود هذا سبب بيولوجي و  
 بيئي . حيث يمكن ان يفترض ان زيادة نشاط الجهر الطوفي ويكون  
 بيولوجي يمكن ان يجمع في نفس المريض من مشكل في تحول الاندب . بحيث  
 بمعنى . بتفكير أو سلوك معين . ان لحدود عند هذا سبب عدم مرونة .  
 حيث تؤدي عدم قدرة الفعل في تحويل الاندب . ان يبرز سلوك غير صحي .  
 وعلى الخصوص بعد ان عدم مرونة الوسير تجعل على يتصرف بشكل  
 غير صحي انكون سلوكي حتى يشعر بالاعتمادية و كذا به وهو ما يؤدي الى  
 زيادة نشاط الجهر الطوفي اسي اظهرت دراسة SPECT

وقد كثر ما قير في الأشياء غير الطبيعية في جهاز اعزلي يمكن ان  
 تعود بصيغتها من خلال العلاج فعال . وقد لا يمتنع على هذه دور اخرى .  
 حيث أوضحنا انحدب في سلوك يتحد من علاج يمكن ان لا يقرأ في  
 بحسر فاحول غير مشكل الجهر الطوفي ، وفي بحسب انانية التي كانت تعسي  
 من المطلوب انحدري اعترضي بعد يتابعه طور الحالة

### جبري

وهو يقع من حصر نسخ سوب . وكان قد حاصي بسبب سلوكه  
 لاعترضي اقرايد . وقد تم فصله من الدراسة خمس مرات في حصف بخمس .  
 انه كان يرفض امره و يظن منه و تحديه الصريح لدرسه . وقد طلب  
 درسه من و بديه لا يعبده بضرورة إلا بعد علاجه . ومن خلال فحص حديثه  
 صبح ما مصدب اضطراب انحدري الاعترضي ، حيث كانت درسه SPECT  
 في اجريت عليه وجود زيادة ملحوظة في نشاط الجهر الطوفي . وبعد ان  
 حصف حالة "جبري" بشكل بسيط جداً من خلال علاج سلوكي وصف له  
 من Anafam وخلال سبوعين صهر تحسن في كيميكي ملحوظ عليه . وقد  
 غير جزء درسه SPECT بعد شهرين . وكشفت الدراسة عن عوده نشاط





هي "وكن "كن" ثم يستعمل بسهولة، حيث يسلك بها ووضعها في سيارة.  
 ١- خرج واستبح وسطي طوب - عزيق أو الطعم بحيث استحوذت على  
 اهتمام طوب هذه الفترة ولجأة توقف سر ايكن - وحفظ دموعها في  
 سبي أسعد يا بني انني حقد كنت ريد ن رعب صعب" وبدى حشد به  
 من حشود "كنير على البحر" مع توقف محب من التفكير وتوسكت براد  
 تعبد لأول ومن بعد لدولة على تنكير كيف رعب حقد في هذه

وقد صحت راسه SPECT ابي حبيب ن "كاسي" ريد في نشاط  
 'جده' استوفي وجميع ابيه 'كني' هم 'حفا' لأجده دنوا يميني لأجول.  
 وقد ريد ان ذلك انصاف كثير بين إلهام لأجده - كعبر وريده بشد  
 بحبر لطيف

و' سر غير الأفعال والرهق انشيت يديون من شطراب التحدي  
 - مرصني لى علم روية لعرفية عند حدره على الانصاع - يحب منهم  
 هذه وجدت ن لوسن اسطرحة - مثل اعده خيلاب وشقوب الانصاع تعبد  
 ن - فعلا في سبي طوب - لا بعد الاصرع - لعبد يعطي حفر لذي يعسي من  
 حدر لاصدب لخير ينار وقد نوبه بعد بظب به هيمر حقدال صراة  
 ضي نوب - لا - من فعل حفا" أما عمن ينشيت - طعن أو امراة ينشيت 'و'  
 سوب هيمر قد وجدت انه من لأفص هذا أن ترك مفعلة بوضوح فترة  
 تصيد تعود بعدد سافشه وقد كاتب فرصة بجان كنير - و الصعاب  
 كاسي بعد في اسيرة حديد لو به اعقدت بحبر بدلا من مجرد حدره على  
 محي - بعد

علاج سرة تعاني أيضا من زيادة في نشاط الجهاز الحوفي  
 حالة لا سرة لديه توصد كيف أن مرض واحد في عح يمكن ان يظهر  
 شبيهة بشكل مختلفة فقد حبيب راسه SPECT على انه ركين من  
 من سرة



بهرى يتعلق بحلق الأيوب، فمع كل مرة يدرج فيها "في شخص سر" كنت  
 بعدة فتأكد من أحكام حلق الأيوب، تحقيق حجم غضب أطيبا واحتيا،  
 بهد لا يستطيع الخروج غضب من "لن يحكم حلق الأيوب ورثهم

كف كـ "قوم هذا العلاج بن سينا "صمويل" أياح من الممر عشر  
 حوب ودرت لأنه كان يدرى من اضطراب قصور الانتباه وسحب شخصى  
 لاصرفى، ولكن عراض قصور الانتباه لدى صمويل لم تستجب للعلاج من  
 ريتالين Ritalin و Dexedrine أو Cylert، وهي أدوية مبهجة تستخدم في  
 علاج قصور الانتباه وذلك "سيد" عن "صمويل" أنه يفحور أن تتروأ فكرة  
 على نفسه بـ بكر يستطيع مرده من نفسه وكان يسير في هذا سعيين نصف  
 و "جاء سر" بعد نفس لسوء مدى "حالت عنه" وقد كان "صمويل" من  
 كـ لأظنك سلبه وعدونه وعلى الرغم من أن كنت تدعى من  
 لاكتذب إلا أنه كان دسم لخصى لها ووالده صدمح في خطوته، وكان يخلص  
 كـ ب يمكنه معه بريد الصرع سوء في سر.

وقد عرفت درست SPECT على بطيف لعدة حل مشاكلها بها  
 سب "في أم لا" وهو استجيبه لعلاج واحد م لا" ويشير لعدده ر  
 كـ بعد ظهر سبه رة "مشط لجمهور الحقوقي ولم يكن لديهم أي مشاكل في  
 جمهور الحقوقي، كما م يكن لديهم ب يشير إلى معاندهم من الاكتئاب  
 كيميكي

رأى على نتائج دراسة SPECT وعلم مجموعات الإكتيميكية وصف  
 "سيد" PROZAC ودعى دى إلى عودة المشط لروشد لجمهور الحقوقي أو  
 صفة طبيعي وذلك بعد "لاكتئاب" وسعدتها على تغير التفكير  
 بالحسي والمزاجية المعرف، وقد أظهرت استجابة إيجابية للعلاج، وقالت  
 بعد ب بعد تعصب إلى تم توزيع لأشياء بشكل منظم ومرتب وقد كان لصور  
 مرسة النص في قاعاتها بـ هناك سيد بيروحي ما تعاني منه وبه ليس  
 سب قصور فيها أو ضعف في "رأى" بعد شعبه على الاستمرار في سر  
 انو قد صو

ثم وصف به صمود Prozac وسحب به بشكل إجمالي، حيث نشد معارضته ومحسن أن هذه الدوائى بشكل كبير، وتلقاه الأذى في حياتهم بوضع منه في وحدة شرف، ثم توجه في برنامج انجاب موزون، وانوهب في ابعده التالي

١ - "ور" له وصف في ابداءه ساو، لادوية واستمرت في سلوكياتهم الشخصية وبعد ثمانية أشهر عزم وصف على يد في سلوك Prozac وقلت سلوكياتهم، وقد تضمنت طبيعة تقدم بها "ور" لادوية بشكل كبير بعد علاج لأم و"صمود" و"ور" بالادوية وحاج استمرى وقد كمر وضع آل حبيبة بعد من بين أفراد هذه الأسرة دوراً فعالاً فيه كدس عائلتي منه وقد كمر صراحت ومشاكل أفراد هذه الأسرة متروكة من عصب، فكتابات لأم وأفكارها الشخصية أدت إلى قلق الأطفال ومن كهم سلوكية، ومشاكل تدفق الدم في المخ لدى الأطفال وقد تكون قد مرت من هذه مشاكل سلوكية من سى في شعور لأم مرتد من شعور

### قائمة الجهاز الطوقى

١- قائمة الجهاز طوقى - احو - مغراً ديمة لسوكت، وتقيم بعض  
٢- ملخص لدى مغرم بمحصة في كل سلون من السلوكيات المذكورة، استخدم  
٣- نصير "سى" وضع الوقت المناسب أمام كل عنصر، وقد كان لديك خمسة  
٤- عاشر في عشر قترانج تراجتها من ٣ ٤ درجات، فهذا يعني وضع اجتماع  
وجود مشكل في الجهاز الطوقى

١ - صر

٢ - صر

٣ - لآخر ٢

٤ - صر

٥ - صر

٦ - ملخص ملغوط، ملغوط، ملغوط

٧ - ملغوط : ملغوط لأم ملغوط ملغوط

٨ - ملغوط : ملغوط في ملغوط ملغوط

٤. الذين يلاحظون و يحددون
٥. الذين يلاحظون لها جسيه (أفكاره منسبه منكروا)
٦. بين منسوخات المعوية
٧. لكرهيه شديدة لتعبير
٨. بين (أحد) الحق
٩. صغرة الحول (الاشد) من موضوع لآخر
١٠. صغرة حويل الطول من سماء لآخر
١١. صغرة رؤية لحيات المذحة في مواقف
١٢. الذين للمسك بالمرى وعدم الإنصات للآخرين
١٣. الذين يلتفتد بساوت معين سواء كان ملياً أم لا
١٤. الغيب الشديد إذا لم تؤد لأشياء بشكك معين
١٥. شدة لآخرين أنت كثير منى
١٦. بين منسوخات "لا" من التفكير في سؤال
١٧. بين لموقع انشراح السليمه

## التحرر من الهواضن

### وصفات الجهاز الطوفي

يسمح الجهاز طوفي بما ربحوا انتباههم من شيء آخر ومن فكرة  
الأخرى ومن برأى آخر هذه حدث حلال وطبيعي في هذه التجربة. وقد اشخص  
يعمل إلى نقاشك بأكثر سلوكيات سلبية كما يجد صعوبة في رؤية البدائل  
مما حدث في حركته. وبمعالج هذه التجربة من الحج، فلابد من تربية بعض هي  
رؤية ابتدئي والآخر الجديدة

وقد حاولت في هذا الكتاب تقديم لادوية في علاج الحج. وفيما عدا سألته  
في هذا العمل أبدا. ومع ذلك لابد أن تذكر أن هناك وسوكيتك اليومية به  
تأثير كبير هي كيمياء. وقد أوضح عدم ليس "جهديري شورب" من حلال  
بحسب الذي كان حادثة عليه مرة. هذا من علاقة بين الحسد والقتل. وقد قام  
مع بعضين آخرين في UCLA مدرسة شخص يعملون من اضطراب الوسواس  
عقوي من حلال. وسألت SPECT وقد انهوا نتائج مشابهة النتائج التي  
أدراكها في هذا الكتاب. ويشير ببعض أنه عند معالجة هؤلاء المرضى بأنوية  
بما ه الموحوس. يحضر نشأه أخرى. التي كان يوجد بها نشأه مغرط لينترب  
من بعد طبيعي. وقد أحدثت فيه نتيجة تروا. في طب النفسي. حيث كتب  
لادوية بمساعدة على شفاء لبعض جوطبية. ومع هذا، فليس الأكثر  
ثمة. يشير إلى أن المرضى الذي لم يعالجوا بالادوية وبما عولجوا من حلال  
لعدم استجابتهم لها. سألنا مع غير طبيعي. فوسعه لطبيعي (الانسي) في  
الحالات التي دار لعلاج اسلوكي فيها فعلا. وهذا ينتج أن تغيير سموت  
يحدث. يؤدي به في تغيير أنماطه.

## الموصفة الأولى

لاحظ الأديب التي تشبه فيها فهو احسن، واشعر منك تأمل آخر  
ثم عد للمشكلة لاحقاً

لاحظ: لا يوجد سبب على احسن موضوعي سيجعل لطيفي هي ان  
لاحظ: لا يوجد سبب على تشبه فيما فكر خاصية، وشعر نفس بامر آخر،  
بملاحظة الفكر على حيز بدني فبما انني متعلق غيب، وقد عليك انني  
وحيث نفس تفكر في شيء ما، وفكر في تشبه غيب عن هذه الأفكار بين  
بعض قلعه حيث هو ولاشعب بشيء آخر سبب مفيد جد، ويجب مثلاً  
بها

## موزي

سبح موزي من شعر ٢١ جاء وقد جاءني شعوره متأثر موزي والله  
فمن دمه عبق شعره وعقلي رغم ما عفاير بانه الجيد، لا بد من  
بشعر ان سر لا يحبه وكثير ما كان لفق لائق بسبب له الإزعاج، وم  
يستطع موزي ان يخرج هذه الأفكار من عقله فمد كانت تلح عن ذهني براه  
وتكرار ولا يشكو من الصداع والوتر والاضحية في سر، ولم يدعه اي  
تأثر عقلي، ولدت صفت عنه ان يدور اموت لني كان يخرط ههنا في تركيب  
على هذه الأفكار لسببه بشيء العسر وكنت هذه الأفكار يحدث له من هذه  
الاعتاد وقد اعد معه مريب الفحلص من الأفكار سلبية استغانية وكنت لم  
جميع من الأفكار الحب من سرور ودمعة وه، كس علاجه هو ان يشعر نفسه  
عنها وقد طبخت منه ان يغني أصية كعب بدأ عقله في الانشعب بهذه الأفكار،  
وبدأت خسر عدة أعديت يحبها، وأخذ يعيها كما أنك هذه الأفكار، وقد نجح  
منه من الأمر فقد كان يحب موزي وكان شعره موزي به بولته بالاشك  
في فكره بها حبيبة

من بين موصفي الذين يدعون من يشكر في اشعر هو انني من يعسر.  
ان كعب في جدي يكن الأشوء التي يمكن ان يشعروا به عن الأفكار لستية لني  
تبع على عقولهم، ولانك أسئلة لهذه الأديب.





تدبر معه بشكر منهي فإن سمعت من فكره ملحة وشكر منعمه يوم  
تسقط بركة وهم بجانب السرير يتوجه. وبعد أن تكتب بفكره، صم هامة  
لا يمكنك ولا يمكنك فعله خوفاً مثلاً، - كتب تفكر بشأن شيء ما في  
سبب الترقية مثلاً فتدبر الآتي

١ - دور بفكرة

"إني فخر بشأن ما أنا فيه منهم بوقتي ثم لا"

"صم وصحة لا يمكنك فعله حساب شيء الذي تفكر بشأنه،

بمكتبي أن أقوم أقوم ما يمكنك فعله"

٢ - فكر أقوم ما بعملي بوضع ثمة كذا مناسبت في بعض أحوال

الآتي

"سأحاول من معرفة المدير بوقتي في الترقية"

"سأخدم أسير مثله ولكن بون مساوية بوسيدي في شركه"

٣ - أكتب قائمة بما لا يمكنك فعله حيان انشي بدي غير بشا

لا يمكنك أن أقوم بقرار توبة عن مدير"

٤ - يمكنك أن أرب في الترقية أكثر من هذا"

٥ - يمكنك أن أقوم بربح بحث وبق بربح شيء"

"لا يمكنك أن أقوم الترقية تحدث دعي لربح بدي ثمة كبير"

على هذه العملية من خلال بوقتي وبناتي في العمل

سأخدم من بربح أسير من أفكر في سبب لك لأرق علة

### الوصفة الرابعة

طلب مشورة الآخرين عندما تشعر بتسلط فكرة عليك

١- تجنب كل جهودك في فهمك من الأفكار سحرة، فمن أريد أن

تدبر مشورة الآخرين، فضائشة الأشياء التي تفكر ببحثك أو السلوكيات

سحرة غير ذلك مع شخص حر أمر مفيد جداً لأن يحرر حديثك عن هذا

بغير من بدائل جديدة، وقد كنت تتفكر على مدى سعي غرق بصدقين

بمستوى سحرة على لمذهب على لشكر في ذلك توحيفي يمكنك ،

منهم الآخرين بمثابة مجلس الاستشاري مدى مساهمة على رؤية مجلس  
ودعوة الواقع

بعد مرور من أحد في إجراءات مرسات SPECT على مرضى  
تعرضت بهجوم من غير بعض ساحتي في حفر الطب النفسي إرست  
حسابات بلعده عليه حسب منهم مسخدم واستعار، ولكن دون مجيب بعد  
كتب سعيد جداً بالعودة الإكليريكية لهذه الدراسات في ممارسة لأشوبنيكية  
يوم، وبعد عيد، يشركي الأخرى هذه الفرجة ومعرفة الجديدة، وقد  
جفتي هذا الهجوم أشعر بتفوق وألوي، ذكر أنسي أعدي من زيادة معرفة في  
شأنه عقد القاعدية، في ذي قوماً لتجنب الصراع والموجه

وأن حسب نصيحة أحد أصدقائي يفرين من كائن يسعون بطور بحثي  
ويبحث في العديد من لوصي معين مسنداً من هذه التكنولوجيا، وبعد  
خبرته بالهجوم على بحثي بسبب ومساءر عما ذهبي بتوقع عكس ذلك وقال  
من الأخصاص الذين يقوون شيئاً خلاف لأفوف هذه ما كان يحررون  
فوق ذلك، وكما حسب لألوف شر عليل من حولك" وعندما قال لي: "هذا  
قد يتوقع غير ذلك" هذا مندي هذا منظوراً جديداً لتصور ما حدث،  
"صحيح ترى سوء" وألك منحتي بشئ بحديث لقد قام واحد من ضد  
عنصره لأحمدي بشئ أصبح بحثه بعد ما بعدم تؤكد من رؤية كينيديا  
وبذلك حسب بشئ من سجين نذرة وسوء معير، حيث أن هذه الآخرين  
بمعدلات على أسحر من هذا أسجر

### الوصفة الخامسة

#### قم بحفظ وثلاثة دعاء المسكينة

#### كلما ألحت عليك الأفكار السلبية

منه ملايين البشر في كل أنحاء العالم يؤمن هذه المسكينة فهو بمثابة  
حصة من هذه حصواً عرفتاً في الحياة، ومن عليل به يحرم تلك القدرة  
المحدودة، كما يجد كلور من الناس راحة ومعاندية عند يرددونه إذا ما  
سألهم في هذه الوصفة بحفظ أربعة سطر الأولى من هذا الدعاء

ويمكنك أن تغيرها بالشكل الذي يندش ومعقد لك

إلهي هب لي اسكتة

كي أنعمل لأشياء إلهي لا أستطيع أن أعيرها

وهب لي الشجاعة لأعير الأشياء إلهي أستطيع تغييرها

وهب لي من حكمته يا أمير به بين الأمرين

١ - سمر طمي

٢ - ستمتع سخطي

٣ - قبل انصاع على انها الطريق لسكتة

٤ - ليس من لعدم يثمة كما هو لا كما يريد له أن يكون، وأن ثل بغيرك

٥ - تهدي أو صحيح لأشياء يا مستسلم لإرادة كي جد معودة

السيطرة في هذه الحياة

ومعودة لتأمره في رحابك بالحياة الأخرى

- تنسب إلى "يهودا وبير"

### لو صفة السادسة

لا تحاول إقناع شخص بخر تسيطر عليه فكرة ما

أتركه وعد إليه لاحقاً

١ - إذا وجد - نفسك وسط مناقشة لا تستطيع الخروج منها مع شخص

بشئ بموقفه، فسررك مدة عشر دقائق أو عشر ساعات أو حتى عشرة أيام

٢ - حتى تعرف نفسك عن موقف من تجني منه يا ولا لشخص الآخر لي

٣ - يمكنك في الغالب بعد ذلك أن تعود محقق ما تريد من هذا الموقف

٤ - وقد مضت مدة فترة طويلة ألا أحد مع الأشخاص الذين يعانون من

٥ - شك في نجاحي لا لشخص عندما يسيطر عليه تفكير أن سيؤك ف

٦ - بعد مدة عدة لي يحل محل سخطي وقد وجدت أن فصل الناس ببعض مع

٧ - الأشخاص هو - العمل لأمر أقوم بمرحى - زيد بشكل موجز بها

٨ - ذهب - الشخص الآخر بشئ بموقفه، أحوال تغيير الموضوع لخصي وهذا

٩ - قد أن يعني نفسه للعلن إلا أنني دون شخص آخر - يذكر فيه قلب

• ر بعد ما أن يعق عقده بوجه وفي بعض عهده يعود مناقشة الأمر مرة  
 أخرى مع هذا الشخص لتجديد كل ما يحتاج إليه مثلاً على ذلك  
 كنت أذكرني قد جئت في سبب مع بعض شباب لزوجية بشي كانت  
 معي معه واحد ، شاء العلاج ، سافر راجعاً ، وبعد ما لم يحضر العديد من  
 جلسات العلاج ، ولما جئت بحديث عني مع "جاني" لاحظت كثير تشبه  
 ما بها بحيث ، سرت مساحة تتسرب حوى لسوء ، وذاك عقب راجعاً  
 إليها بكم ساعات دون أن ألاحظ لأي شيء ، وبعد ما لاحظت سبب هذا  
 سبب مع "أبوب" "محمّد" "السحبي" الذي ذكره من قبل ، بعد ذلك كنت  
 سكر من راجعاً لا يعرف انفساً كتب بأنها بوقت عاب ، ما كان  
 سبب ذلك هو عدم فهمه ما يقوله ، وسرف ما قال ، ما ليس صحيح  
 ، ما سمعته جيد ، ولم أجد لها في هذا ، ولكني حدثت عن شيء آخر  
 ، ما هو ، في الجلسات ، ما حدثتني "جاني" أنها أصبحت سمعت  
 راجعاً أكثر ، وحكى اسمع اللاوعي لديها ، سمع ، فلهذا ، وبك لاني  
 م أعطيها فرصة للاعتراف علي ما قلت

وهذا الاطلوب جيد جداً في التعامل مع المريض ، الكثير من المرضى  
 يحاول معك انزل من كثر ، ما عليه تشخيص ولا نصائح طبية ، وفي  
 مثل هذا الموقف أنت لاه ، يتحيز ، صرح مع أبنائهم امرئتين ، يوجرو  
 مع ما يريدون منه ، ثم يحدث في موضوع آخر ، كان الأمر بعد بكمهم  
 في يعودوا سألته بعد ذلك

ومن بين بعض نصائح التي تقدمها لتفروحيروني لكريا ، انضل  
 بعد من ، ذهب في خدمه ، لاحظت ، راجعاً ، و راجعاً ، يعني من  
 مثلاً ، تخويف ، لانيه ، ما تحدثت في نفس الأمر مرار وتكرار ، فبعض  
 ولما " علي " أنت بعد بخدمه " أحمد محمد " بعد من ، جانب في هذا الأمر  
 وسجد ، ما بعد لانيه ، بعد من ، فبما كتب مشكلة الطوفية لدى الطرف  
 ، ما هو ، ما هو ، ما بعد بخدمه ، شاباً ، فبما ، ما بعد بخدمه ، ما بعد بخدمه



فقدت نريد من هؤلاء المرضى أن يفعلوا ذلك شيئاً، نحن لأفضل أن نجس هذا شيء يمشي كما لو كان فكروهم هم، أن إد طبيبت أشياء عديدة بشكل مباشر منك أ حسب بسوجه بالرفض طلب من شخص را به واجت بعض لاشبه

- \* إد كتب نريد من شخص ب أن يعالجني نفسي لعشاء من الأخص أن تصانه عن الوقت مناسب به بدلاً من أن يطلب مقابلته في موعد محددة أنت
- \* . كتب نريد حصص من الأخص من ثوب طلب لا نريد أن خصصني
- \* . ما كنت نريد من شخص أن يأتي منك إلى متجر قى " طلبك لا نريد لطلب معي
- \* . كتب نريد من شخص أن ينفذي من تقرير ب بحلول يوم الخميس قدم قى " طلب لا يستطيع لانتبه من تقرير الخميس اسام
- \* . كتب نريد من طفل أن يصنع لطلب م موز من بسب ل مشكلة قى أنت لا يستطيع من هذا دون أن تصيب إزعاجاً، أليس كذلك؟

### الوصفة الثامنة

#### تعلم كيف تتعامل مع الأطفال الذين يميلون للاعتراض

حدث وصفاً عندهم سمعوا في السمع مع مثل هؤلاء الأشخاص . وذكر أن هؤلاء الأشخاص قد ب يسيطر عليهم أمد سوكية سيبة . والرجل عصب مع ماز هؤلاء الأشخاص يمكن أن يحدث احتلالاً كبير في حياتهم لوصفة أخرى هي . تعرف متى تصود بنهجه . كي يتسنى لك أن تكون بحري لاكثر و سوكيت التي جعلهم يميلون للاعتراض . فصرف الأسباب كما ذكرت من قبل هو أسلوب قوي جد أ يساعد مرضى أحر طواني على قهر من جد لاكثر سيبة صرف منه لعل بعد عن هذه الأفكار بتغيير الموضوع

و جمعه يقوم بأي عمل بدني (كاشي أو شعب) أو في سبوت تشيوت سره

مسيح

### جوش

ومن بين دسائس التي استخدمها "جوش" لآباء يقرؤون من كتاب مصر سبعة ضده يد طهر في شمس المكرة و يسوء طي "جوش" ملا يصير منه فكرة "جوش" من ساء المدرسة فكر بشكو قبل عذاب المدرسة من صراع ولام في لعدة أو أي شيء طهر بحيث يبع أنه بعدم عذاب و عدم اكتشف حيثه كانت تجبره على ساء هيلجا حد طين يصير إلى اصباح و تيكاه و نصيب و اشهد به نهرواب من اسراء و عندما ساء حيثه جاءت به انه يي و قد لاحظت أنه بالإضاعة إلى قلله من المدرسة و سوكه يصير للاعتراف و اجبره لأول في علاج كس إخبار "جوش" بشكن انه بأن يذهب المدرسة لا هناك و هو يحكم بحضور ليه و لأثر هذا صاحبه و لا يهر لم يسبحوا به بيده في سرك سوياد حوله حتى يتحدد من جوش بالإضاعة إلى هذا ساء كس يشعري صبح بأنه لا يستطيع الذهاب أو يصير يقن من مدرسة كس ولد و يصرون قهقهة عن هذه الأفكار لينة قد كس جوش يحب الحشرات و كان يقسي لعدة من الكتب حي يتحدث سب و يدا ساء كال جوش و قال والد يقرآن به عن حشرة خبيثة و جوش ن يحمي ساء مفردة قدر لا يقد قدر تعس بعدم عذاب المدرسة قدر كان غلبه و يقضي يوم جديد في سيرة دور و يذهب اسير و أو يخرج عذاب فردا انسى أنه مريض فعلى هذا أ مرضه سيمعه من عمر أي شيء حركها سبعة من ذهب المدرسة و قيل ليدخل املاحي و هذه "جوش" كس يثير لشكة بشأن المدرسة ثنائي موب في كل هذه دور و كل هذا بشر لأول من علاج من هذا لعدة من مرفون يقتضي لشكة عندما بعد شهر بذلك و قد عاب جوش علاج دور "سب" في نجاح العلاج و قد كس ياتي "جوش" ار خيرة بشكن واضح من سوكه جوش و لا يصر من مفرده مضمون على و شيء يحمي و اشهد ان يمسح به رأه سبعة





سواء ما يشتهر وهو أو لم يعلنه خلال فترة رمزية معدومة فيسرع بانفوار  
 لـ يحتار بما أن تعبر هذا الشيء لار أو تتنظر قليلا ثم تفعله، والآخر  
 يسرع بالنسبة لي وانحياز لك فلا. ثم يسرع شخص معك ب طلبه منه  
 ويقطعه فترة راحة كثر هذا الأمر عند الضرورة تعبر مع سوء السلوك شيئا  
 سريع وحارة وتغير شخصي وكلت تعبر مع الآخر عاطفيا. وقد بين شخص  
 مسوقيات شيئا فيحرم أمر ضروري هـ

والفائدة انشاء الجهد مع الارتداد هبة أيضا بالنسبة إلى الأطفال  
 الذين يعطون سلوك الاعتراضي؛ لأن لو سحبت اللسان بأن يحدثك، فذلك  
 هذا مدغم وتكون من هذا السلوك وليس معنى هذا باضغاع الأصعب رأي  
 أبنت ولكن عليك أن تعرف الخطر المصاحب بين الجهد والتعبير عن رأي وقد  
 يحتاج لا يتوب عليك. ربما كوداك تريد أن نسمع رأيك، ولكن الجهد  
 يعبر سريته هي رأي أكثر من مريض

وقد استخرج من غير لواندين ناشئا ما يكون أكثر فعالية إذ عاتم في ظل  
 علاقة جيدة مع الأطفال، فالأباء الذين يرتبطون طويلا بأطفالهم من خلال  
 تعبيرهم لأوقات معهم والاستماع إليهم يقل تعرضهم مشاكل استراتيجيات  
 اعراضية مع طفلهم

ويمكن تحول شكري موحج أن عليك أن تستخدم أسلوب صرف الانبياء عند  
 الضرورة ولكن لابد أن تكون حاربا مع الأطفال الذين يسيرون بطريق  
 اعراضية، ذلك بأن مشاعر الصراع معهم، ولكن ليس في كل الأمور، وسواء  
 حدث ذلك ب يكون ضد والديهم غير ذي معنى سلوك الاعتراضي أو كلاهما  
 يعان من مشاكل في الجهاز الهضمي وهو ما يعبر عن ضيقة تدخل الأسرة  
 سلبية، وروية من غير انطوائهم غالبا ما تساعد كثيرا على علاج

### الوصفة التاسعة

#### فكر هي تدول أنوية الجهاز الهضمي

سواء ما عيب لادوية كثير في علاج مشاكل الجهاز الهضمي وخاصة تلك  
 الأدوية التي تزيد من إفراز العصبي (سيروتونين)

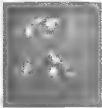
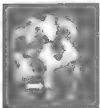
وهذه هذه الأدوية التي تزيد من (السيروتونين) تعرف بمضادات  
 السيروتونين وتشمل Anafranil, Pax, Zoloft, Prozac, Remeron, Effexor, Luvox, Desyre, Serzone. وقد وضع  
 عدد من الدراسات الخفية أنه عدد كبير هذه الأدوية فعالة فإما تعمل  
 على زيادة نشاط جهاز عروقي بوضع طبيعي ومن ناحية (الكيميائية  
 لا تملك هذه الأدوية نفس من الأفكار الانهزامية والسيكيات القوية، كما  
 أنه يندى من انقلى أو مركزية عروقي وتعمل على سرخاء الأشخاص الذين  
 لديهم من تفتت (والتي بسبب عدم فهمهم على رؤية الأمر، فتعتمد تكون  
 هذه الأدوية قد تكون لها في العبد تأثير كبير على ذلك والسيكيات.

### روب

وهو دواء سيروتونين مع ١٨ عاماً ويعمل بحسن نظمة وكثير من  
 جسمي بسبب عدده من عدد مضاعف وتتميز الأفكار بسببية عليه  
 وتعتبر انه جسمي، وتكسب روحه، والسيكيات الانهزامية من  
 لا نحو بالإضافة من عدم قدرة على التحكم في نفسه، وقد وصف نفسه في  
 وب جسمه فلا يأتي بعد من عصب في هذا يومى "وأدت زوجته به ذن  
 يتعرض لثبات متكررة ينمو عليها بالانزعاج وعدم قدرة على الحزن من  
 الأفكار التي ينمو بحول بالانزعاج بالإضافة إلى عدم السيطرة، وقبالة ببعض  
 السلوكيات العدوانية مثل تكسير أثاث وعدم هدوء في الجدران وقد كانت  
 طفولة "روب" صعب بالسلوك الاعراضى، وقد أموت كجزء من طفولة المحض  
 بجزء من SPECT وهي وضعت وجود هذه السلوكيات في نشاط جهاز  
 عروقي وقد استجبه في البداية، Anafran (Clomipramine) الذي  
 يستخدم مع المرضى الذين يعانون من الأفكار الانهزامية وقد تم زيادة الجرعة  
 على مدى شهرين إلى ٢٠٠ مجم يومياً وقد لاحظ "روب" وسرته أن هناك  
 سببه، بحدوثه لتعلاج جهات من قوته وسرته قدومي بشكل ملحوظ  
 وأصبح أكثر مرونة وسعادة، وقد إنه أصبح كثير بسبية في علاقاته بالآخرين  
 وخاصة مع أطفاله

بعد ثلاثة عود من التحسن. لاكتيفيكي المستمر على نفس الجرعة من Anafranil (حيث إن محدومين فقد لتقليل الجرعة أدت إلى عودة الأعراض).  
 م. ح. م. م. SPECT يبينه لحالة وقد كشفت الدراسة عن عودة محدومه  
 بعد ١٠ أيام - ابراهيم عبيدي

دراسة SPECT التي أجريت على "روب"



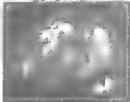
مظهر ثلاثي الأبعاد لمشط الدم من أعلى لأسفل

بعد العلاج بـ Anafranil لاحظنا في نفس العلاج لاحظنا الانحسار ملحوظ لمشط

الجدار القشري



مظهر ثلاثي الأبعاد لمشط الدم



مظهر جانبي ثلاثي الأبعاد لمشط الدم

بعد العلاج باستخدام Anafranil تمت العلاج لاحظنا انحسار ملحوظ في مشط

الجدار القشري (السمي)

لاحظنا انحسار ملحوظ للجدار القشري

ولكن الأدوية لا تكون فعالة على المدى بل أحياناً ما يكون لها آثار  
 جانبية يمكن أن تكون شديدة بالتحسين والقلق ومعها قد تكون مخاطر  
 سيرواوير من أحدث وأصح الأساليب موجودة في لقراءة البشرية محصورة

المعدة والألم المعوي المزمن وقد ساعد ملايين البشر على أن يعيشوا حياة طبيعية

إن العلاج العضلي الطبيعي من خلال بيئة (سيفت جون) يفيد أيضاً من خلال خبرتي في زيادة سيروتونين ويهدئ حركته اجهر لطوحي، وقد تم دراسة هذه أدوية جنباً إلى جنب مع العديد من الأدوية مضادة للاكتئاب. ويوجد أدب تتناول مع هذه الأدوية في شعبيتها ولكن في أثارها الجانبية. وقد استخدم هذه أدوية في الماضي عدة سنوات، حيث تم وصفها للعلاج بنسب تزيد سبعة أضعاف عن Prozac والجرعة المعتادة لهذه أدوية هي ٣٠ مجم مضاد ٣ من hypericin ثلاث مرات يومياً) مني استخدم هذه أدوية العلاج في عيادتي مع عدة سنوات وأرى أنها مفيدة جداً في العلاج. وأنها مدلاً على ذلك

### البيدا

كانت بيديا ١ الدراسة، والمعروف من غيرها منذ حوالي عامه الأولى وأكثر من خمسين عاماً ببعض المرضى. كان سيء معاملتها بدلاً من قبل شخص كان يعاملها بحب، وعاشته وقد العديد من قلوب قصديتها. وهي د ترب في مرحلة حرقه، كانت الأعراض التي تعاني منها هي الاكتئاب وانفصا ولاء. وقد أوضح صور دراسة SPECT وجود مشكلات في الجهاز لطوحي، مما أدى إلى مشاكل في تحويل الأسيد وشد رتد في عقد القلبية، مما سبب قلة وشد رتد في الجهاز بطرق وهو د أقصى إلى الاكتئاب وصعوبة التحكم في الحالة مزاجية، وبعد أربع جلسات من العلاج عضلي من خلال سوب EMDR (وهي اختصار لأربعة جلسات واحدة معالجة حركه غير وهو سلوك علاجي للأحداث التي سبب صدعه سريعه وبعد شهر واحد من العلاج سببه سببت جز ١ ٩ مجم يوبيا، حصلت حالة "بيديا" بشكر كبير وقد اتمده جز ١. دراسة SPECT لاحظت وجود نشاط طبيعي في جميع أجزاء مع ثلاثة

وسمي بوشه من د هذه سبعة جلسات. لا يوجد أليست حاية من الأعراض الجانبيه بعد أدب من انخفاض حلقه في شعبيتها طبق لدى حد مرضي

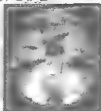
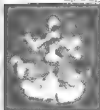
وهناك مريض آخر ساءت حالته باستخدام Prozac وهناك مشكلات معه  
وقد عده ساءت حالته أكثر مما كنت متعدي من مشاكل سيوكية أو مزاجية.  
بمخاض من مذهب بطبيب نفسي وبالفقه في استخدام أن من العلاجات  
جديدة

## الوصفة العاشرة

### حرب كحالات التغذية

الاحساسات السيوية السيروتونين وزيادة نشاط جهاز "طولي" غالباً ما  
يكون مصحوبين بالقلق وسوء المزاجي وبتصلبه عاطفية وانقراض ويمكن  
أن يزيد الطعام من زيادة نسب (السيروتونين) بطريقه دلائمة انسيبه  
فيروهيست مثل دمننا والاحساس والحدود والحدود والحدود تزيد من  
نسبة السيروتونين في الدم وهو حمض اميني طبيعي يعثر الكثير لاسي في الدم  
السيروتونين في الدم بعد يزيد من نسبة ما يدخل الدم من هذه المادة، حيث  
تم تحويله إلى السيروتونين ويمكن الشعور بأثر (السيروتونين) المهدئ بعد  
بأشهر دقيقه والى من سبيل طعمه سيبة في سريبتون مثل الفرج  
وسبيلو والجسم عرقى وزيادة النوم اسوي وعيش، ويولد لأخصر،  
ويستحسن هـ من وعيد من اناس يستعملون دول قصد في تحديد من عدم  
المزاجية عديدة مشاكل المزاجية، يدبولهم طعمه لثيرة في مادة (السيروتونين)،  
فصلاً لجمعية بحية بايروين وعيد في سريبتون وتشي أوصيت بتدوير  
في حالات انخفاض السيروتونين (والذي يرتبط بانخفاض نشاط فترة مددة  
لحمه جيني شدة في يزيد مشاكل الجهاز الطولي سواءً سواء ذلك  
سريبتون L Tryptophan هي عبارة عن أحماض امينية صغيرة، وهناك  
مدور طعمه سيبة بعروية قدقدس لأحد من الامتياز لأكثر مع لأحد من  
لأصل على دحب، ايج، دمنج لأحماض لأكثر، من يولي، من الأحماض سب  
عوا دمنج في سب وزيادة لاستجابه لعاصيه السلية.

## صور بواسطة SPECT التي جريت في البيت



مظهر ثلاثي الأبعاد لمشاطات الجدة المظلمة

قبل العلاج

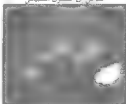
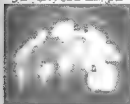
بعد العلاج ببيتا (مبيت جود)

لاحظ الزيادة الكبيرة في نشاط الجدار

لاحظ عودة نشاط تحت القاعدية والجدار

الطرفي والعقد القاعدية والجدار

الطرفي إلى المستوى الطبيعي



مظهر جامعي ثلاثي الأبعاد لمشاطات الجدة

قبل العلاج

بعد العلاج ببيتا (مبيت جود)

لاحظ الزيادة الكبيرة في نشاط الجدار

لاحظ عودة نشاط الجدار الطولي والعقد

الطرفي والعقد القاعدية والجدار

القاعدية والجدار الطولي إلى المستوى

الطبيعي

كما استخدمنا tryptophan كمنكسر عدائي يقيد نمو و علاج

مشاكل الجدار الطولي وبعد عدة أعوام تم مصادرة tryptophan من

صور بسبب اكتشاف عبوة مونة من قبل أحد المصنعين تسببت في مرض عضلي

من وراء عدد من الأشخاص والحقائق ان هذا لم يكن بسبب

tryptophan وذلك لأن هذه المادة توجد بشكل طبيعي في لبن والحليب

وسريع. وقد لاحظ العديد من المرضى معاناة هذه المادة في تحسين جودة النوم. وتلبيح محتوياته، وتحسين استحكم في الحالة المزاجية بالإضافة إلى هذا ما يظهر له آثار جسدية مع معظم المرضى وهو ما يعطيه ميزة حقيقية بدرجة عالية لاكتشاف الآخرين. وقد عرفت مرة لهذا واسود إجازة هو استبح، وهو لا يفتح إلا الأسوار، وتصبح بمسائل ١٠٠٠ أو ٣٠٠٠ حجم عند النوم من ١٠ إلى ١٥ ساعة. هناك رسمت خريطة أجريت على (الأوبسيلاتون) وهو من مادة التيرامين (١) ويمكن الحصول عليه من متاجر التغذية الصحية. وتناول ١٦ و ٢٠ مجم من هذه المادة يومياً يساعد على تقليل تقلبات المزاجية والقلق والتذكر. تركيز المواد استشر حديثاً إذا كنت تريد تجربة هذه المكملات

## الوصفة الحالية عشرة

### لتكريف التبدية

يمكن د ثعب هذه التريبت نوراً كبير في سبيله المثنى وزيادة مرونة عرويه. وفائدة تريبتات ثاني من ناحية أنه يرفع مستويات (تريبتوفال) في الدم. وقد يكون من قبل هذه المادة L-tryptophan هي عبارة عن حمض أميني صغير. ومن بعد صعوبة كبيرة في عملية الأحماض الأمينية (كبرى على دخول الفصح، وثالثاً القيام بالتفريجات يتم استخدام مزيد من الأحماض الأمينية الكبرى في جديد. مادة يحصله من يقن من كم هذه الأحماض في مجرى الدم، ويبدأ بعدد تريبتوفال - L tryptophan من يفتح في دخول الدم. وثالثاً يرفع من (مستوى تريبتوفال) من التريبتات البدنية يزيد من مستويات حالته ويمكن أن يصفى التبدية من الأفكار سلبية التي قد تسيطر عليك في بعض وصفي لأفكار. يمكن الحصول على مستويات الانعكاسي بزيادة التريبتات البدنية كوسيلة لرفع مستويات تريبتوفال - L tryptophan من روح شعور بديهي

## نظرة في الذكورة والمراحم:

### الفصوص الصدغية

قال ب. يبيع من شعر ٩٤ عاماً لابنه البالغ ٦٨ عاماً "بوت" ما مستخدم  
تجد نصيب قد جاءت ٨١ عاماً بها متبداً بعد الذئق وليس الأيام وسحب  
"كك ستغوت وكك ب تركته هو الذكوت وليس غير ذلك"  
«قتاس من (مسين سيني نعيم)

### وطائف الفصوص الصدغية

#### الجانب السفلي (غالباً الأيمن)

- فهم وبداية لغة
- ذكره الذي لمحمد
- ذكره الذي انطوى
- انعم لمعي
- استرجاع لكعب
- الذكوات بعدة
- ابداً لغة لمعية وابصرية
- لا استقر العظمي

#### الجانب غير السفلي (غالباً الأيسر)

- تدوير تعبير ب الزجد
- تصير ميرة انصوب
- زيف
- الوسي
- انعم لهوي

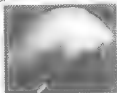
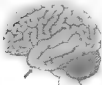
ظل الفصوص الفدية سوب كثيرة جزء بهما في حد كبير في علم  
لغير البشر، فضلاً عن من يهوى في الأوسط العسة، وم يسم سوي قتيبي



من أعصاب الأعصاب بدر كبير لدى تلقيه في تكوين الشخصية واسلوب وقد  
 خلق بخلق هذه الموضوع محبوبة إلى أن تكمل من يعرف على شأنه قد  
 حرة وقد ذكر كثير من الشخصيات يعرفون بها بشدة مناسط طبع ولكن  
 بحث تصوير في شيء حريصة في حياتنا شير بوضوح إلى أن الموضوع  
 حريصة بعد دور سبب في عملية تذكير والاستمرار الحفظي والعم  
 . يحصل الحفظي

في نفس الكون أي بتلك في حياة هي تلك صور في حقوق في  
 . أكره موجودة في مع ومجموع هذه الحروف حرة في السئلة عن  
 . حصة بديوية الشخصية ولا بد من ذلك وهذه الحروف تلك دوراً  
 شيء في تلك الشخصية والموضوع حريصة التي توجد في حصة أرح طبع  
 بعض تحت لمدى يقوم بتكوين تذكير والحيرت وتساعدنا على  
 يمكن هويتنا الشخصية

الحفظ الحفظي



مظهر حريصة



مظهر حريصة تذكير الأبعاد الشجرة  
 الأسفل من الشجرة

مظهر حريصة تذكير الأبعاد الشجرة



مظهر حريصة تذكير الأبعاد الشجرة  
 تذكير

فهي اجناس اسما لمع، وهو لا يتردى معظم الناس، منهم انصوص  
 المصديه بشخص وثبو في عملية فهم ومعالجة اسمه، يتردد على انصوص  
 والحقول والذكور، متعدد، وسرودج اللغة والكلمات، والاستقرار لخاصي  
 ومعالجة سمعية وبصرية

واسمه هي احدى خصائص البشر فهي تلي معظم من لاسما بهيون  
 من بشر ومرك مبرث من أفكاره وأنماها لأحداث قديمة، فستفاد طلبة  
 مقدره علم استقبالي وهذه نكاه والكتابات مكتوبه يكتسب متطور الفص  
 لصدي هي هذا جزء تكمن قدرته على أن يسمع بدنه طلب وهو يولد  
 الحب و على أن تسمع قصة معينة وشعر بأخواب و غير مصدي لاسم  
 بعدد غير معالجة لأصوات، نكاهات، مكتوبه وصياغتها في شكل معلومات  
 معقد، والقدرة هي القدرة بكيفية والتشرف تقدره وسمع المصودات الجديدة كل  
 قد بعدد شخص كبير على شخص مصدي صامت ومشاكل هذه الحرية ترتبط  
 بمشاكل الحرية وسواء قصدنا بالآخرى، صعوبة في قراءة

وذلك ما اعتبر مرصدي أن تكون انهم هي وإاء ما يشعرون به من سعادة  
 بالغة أو حزن باع، والشرية هي التي تسمى بسعادة وثقة بالنفس، تذكر تلك  
 الأوقات التي شعرت فيها وعلى أرجاء بكدهم وهي أيضا التي جعلنا شعر  
 بالفتش، تذكر الحداث المدهمة، والذكورية بامر على أن سوب أو سوط سوطي  
 تقوم به ويتم دمج وخزير الأفكار، لاسميه المذكورة في النصوص المصديه  
 والذات حسب يكون هناك ثق و حشر بذهني في هذا الجزء، فإن هذا يؤدي في  
 بعد، وخصي في الذكاء

الذكور، هناك ر شعور مرصدي في السجح والخاصية وقد قصدت في مرة  
 علاج يوجهي بدهم من مشاكل راحيه حادة فقد كان مزج يعاني من  
 كسب و اضطراب قصور الانتباه و راحيه بخاصة نصف عدم مرونة وعدم  
 السماح و في نهاية الأمر تسببت بمرضاها في تدوير العلاقة بينهما ولم تمر فترة  
 طويلة بعد بدء علاج نفسي حتى تم تشخيص حالة مزاج وعلاجه بالأدوية  
 لمحضبت حادة بشكل كبير، لاحظ جميع هذا ما قد رجته ضمرا لا  
 سدا (البحري م يذكر بعض مع اكر، ساء لم يستطيع أن يرى ما حدث به من

عدم اصف على سلوكه اسدوم معه. فاستمر في ذلك نكوم عبدا، وردفت  
 به. تصوب. ان ان غرب بخلافه ان زوجيه بينهما في جوده لأمر. وم يكن  
 اسبب في هذا واقع الجديد، وانما ذكرها بها انديده

فقد كتب له بعد ذلك ايضاً أن بعض الصدقي اصابت دو تأثير كبير على  
 الاسمر. مدني. فقدره على الشعور بالاستقرار والإجادة ساروم من  
 بعد. الحياة بيومه. من يده نفسه الشخصية والحداد هي انصدق. وتعد  
 بكو بشط الخصوص الصدقيه طبيعي. فرب هذا يعبر من استقرار اسدوم  
 بهية. ان خير. زيادة بشط. والحداد تؤدى إلى نفس. وعدم تساق  
 سوا. واحد به سرجية أو (بدر) سلوكيات غير متوقعة

ب بعض صدقي غير السند هذه انفس لايمس في حواء  
 غير. وحة ومعالجة بمره بعدد أصوات الأخرى والإجادة سمعوه  
 و سدون، ونوصي. و معمم البصري

تستد على تجوء بالوقفة وتغير. بوجه. ولعده على تدبير  
 دهر. بروت. بصوت. ولطافه، وتصيرها قسورا سيد. كن هذه مهارا  
 حديدية حده حد. كما أن القدرة على معرفة ما إذا كان شخص سعيداً  
 بعد. و حاد. ان يمس. ان غير عجه من. فوه. هذا. لثرا. تفتي. أساساً  
 تيمس. بعامية مع الأخرى. وهو. ثل. كوجينيو. في. ١٨٦٠. وهو. حد  
 فيه. يهيو. (بصيرين. و. تريخ. ثم. يصطف. بعد. تعرضه. بسكنة. معاقبة. و  
 يعرف. على. لاجوء. بني. كدب. دؤوبة. له. على. برشم. من. قدره. على. فورة  
 خضود. دؤوبة. هذا. دؤ. ثروت. طديت. بطوبه. ان. ما. بريد. عن. ماله. حده. من  
 حاد. عدم. المدة. على. تغير. وجود. من. الأريغيتوت. والحد. بمر. برون  
 ثل. و. بمر. حد. مشاكل. نصف. مع. لايس. حد. ب. بصحيح. إحد. و. إنك.  
 برون. و. بمر. شعر. بالحق. من. عدم. تدرك. على. لعراف. هي. وجود. حصه  
 برون. و. صدقته. انقويين. و. الأعبه. الأعم. كدب. هذه. مشاكل. مصحوبه  
 برون. في. لفس. الصدقي. لايمس. وتغير. منتج. بوسلات. حديثة. أن. معرفه  
 بصير. انجده. لعامية. هي. برون. ب. الانس. ولا. يكسبه. و. راسم. بكنه

غير وجه أنه، وكما قد ثبت عند مشاكل في هذا الجزء، فإن هذا من شأنه أن يصعب مهارات الاجتماعية

وسمى الموضوع تصديقه على معجزة لأصوات وجرى - ولعمري أنه لحيه كما أن هذا جزء هو الذي يسهم في جعل شعر بالإثارة أو الاسترخاء و البهجة من جهة الاستدح إلى موسم جملة ويطبق على خصوص لصدية (المشقة المرحمة) لا بد من رجوع لأصوات وتكمليتها مع امكانيات مخروية بحيث يستطيع لهم من سمع كد يسهل هذا جزء في شعور القوي بالصدق، وانهم اعالي، ومعرفة الحقيقة

### مشاكل الفصل الصدغي المساعد (عادة الأيسر)

- امكانية لوجه فاحشا و حرجيا
- الأكثر التي تحتوي على كآبة أو غيب
- احساسية قد تعد جمل اصطلاح بسيط
- صعوبة في إيجاد الكلمات
- صعوبات في التعلم
- عدم الاستقرار المعطى

### مشاكل الفصل الصدغي غير المساعد (عادة الأيمن)

- صعوبة تغيير تعبيرات الوجه
- صعوبة تفسير نبرات الصوت
- خسر في المهارات الاجتماعية

### مشاكل تتعلق بأحد الفصين الصدغيين أو كلاهما

- مشاكلذاكرة قصير المدى
- صداع أو ألم في بعض نواحي الجبهة وضع
- نطق أو لثوقة دون سبب وضع
- مراكات حسية شديدة المبررات سمعية أو بصرية
- شعور بوزية الأشياء من قبل أو عدم رؤيتها بدأ
- اقتراب من الوجه والاربعاء

• الإكزيما في الكفالة ورسوخ

• موبات الصرع

وبعد ان تمكن تحدث أكثر بكثير مما كان يعتقد في السابق، واللاحظ في  
 ذلك صديقه ن انشور من يسطر إليه ذلك حتى أنه مشاكل نفسية في حين  
 ن في الحقيقة مشكور مودوحية وتوجد خصائص للصغية في مثل سير خصين  
 من حمراء و المصروف مصدفي حلف مختر لعين وتحت للصغير ويحتوي  
 بحدراً الأممي مصروف حتى حرف خطمي حدة والجرح الأصغر اوتش يوي  
 تلياً في إحدك أصرار بالجزء الأممي المصروف مصدفة حتى في إصابات  
 من السيف وحيث ن قصور الصغية توجد في تجويف تحيط به عظام  
 من حلبة جوفت أمام، وحلف ويمين وشمال ويسف، هذه هي منف نتيجة  
 لأي عربة للرأس من جميع انزوي تقريباً

المخاترة والعن الصدفي



موجب يوضح قاعاً الجمجمة (السيد الفريسي يشير "الخفرة" الصدفية التي يوجد بها  
 عن الصدفي السيد الرفيع يشير للجرح الأصغر لعظم (الوتدي)

وهذه هي - عربة لمشاكل العن الصدفي، أشهر هذه الأسباب  
 جات ورتبة وصدف رأس، وتعرض لامرض أو سنو وأكثر جزء  
 مع تعرض سيف هي القصور الصدفي وهشوة مقدمة العن الجبهي  
 سيف الصدفي دة يحكم بوقوع داخل جمجمة وهذه الأجزاء هي بها  
 كثير لأجزاء التي ترتبط بالتمكيز والنسوت



ومن المشاكل التي كثيراً ما يواجهها عيوب مصر الصدعي الأيسر  
 (مدوية ابوجيه حيداً و حرجياً) والأفكار التي تتجلى على كآبة وسف  
 وحساسية عند السند، وأعرض جسدي لأصطهاد بصورة بسيطة، وصعوبة في  
 إيجاد كلمات، وصعوبة في معالجة السمعية والعمياء، وعدم الاتزان العاطفي،  
 وبما يفرض تفصيله على كل مشكلة من هذه المشاكل

للمرئية التي تربط على مشاكل مصر الصدعي الأيسر في ن خوي  
 بوجهه خارجي نحو الآخرين أو داخلياً من خلال الأفكار المتدنية عن الذات  
 و سبب العقدي سبب بقاء، ولكن في دراسة واسعة جوبت في عيني هي  
 شخصيات دمو، بهجمة الآخرين أو شعور بفتنة تودد أصبح في ١٩٧٠ م  
 شد يعاني من مشاكل في مصر الصدعي الأيسر. وهذا يشير إلى أن تد أو  
 بحس وطبيعي في مصر الصدعي الأيسر بحس الشخص كثر ميلاً للأفكار التي  
 تسبب بالأسر والمصعب ويعتقد (شرح هذا الموضوع توجد في فصل العصب)،  
 ومن بين مرضى مرض كاري في من حس وطبيعي في مصر الصدعي الأيسر  
 في ١٩٧٠ م حيث ن واحدة كان هذا العصب) وكان يشكو من تورل للأفكار  
 مدوية اشتددة وقد يشعر بالخطر من جراء تفكيره في هذه الأفكار وظان  
 في "يذكر" في شيء في اشارة ومشي شخص تون قصد فتسيطر على فكرة  
 لرمية في رمية بالمرصاد و صرية بمراد حتى الموت وهذه الأفكار شعورية  
 بالحرف" وتحتسب احد له على الرغم من ن مرسة SPECT أكدت وجود  
 حلل عيني في مصر الصدعي الأيسر إلا أن ن، فترة مديدة مصر جنوبي  
 في حس، وبما يتبعه في برالفيل سلوكه ويحكم في هذه الأفكار الطبيعية،  
 وإحدى كاسـ "عيني" في سبع مر بعد ١٩٧٠ م عندما قد جاءني بشك من  
 الموت عصب في ١٩٧٠ م عصب به سيدة تون فقد في أحد لفعل  
 فحدث تصحح فيها وتقول من معها إني لا أعرف مصر هذا العصب  
 حيث يصاب سبعة عشر عام من العلاج لمشي ود رب عالي من نوبات  
 مصر. ولكن ن "عصب حتى بدون سبب إن لدى أكثر! ألتج ما تكون  
 صدعي في عرفت" وكـ ميمي في عصب من قول صبر وهي في  
 رنة من عرفت وفقدت وعوها بقله و شعور فقط وقد كشفت مرسة

SPECT هو وجود سلف واضح في بحره، الاسمى به خلقي من نفس صدهي  
الأمير وقد ساعدت بدون جرعة يوميه صغيرة من Depakote على تهدئة  
"لوحش" الذي بداحبها

وكثير ما أرى انما فيه داعية مصاحب لغوب عن صدهي الأمير  
نظور من شكر سوث بحاري، وقد كشفت درة أجريت في حياتنا أن  
" من مرصن عيى لدهيه فكر أو سوكونب انبحرة يدهوى من مشكر في  
لصص لصدهي الأمير وكنت قد أنيت، محصره بت برة عن الخ في " وكلايته"  
ج، عي يصف سيده وهي عكي وفات " كقول امير عوف " نسوي كنها  
دهي من مشكر في امير صدهي فحد بي قبل نفسه إجمي إهدتي من  
جهه لا بحره وتكره به مع بي رلالة من أعدهي ولعمد ماضي حارب  
سي " يمحور به هبات من بحره بدة" وقد قبح بي حربه تصوير مع ثلاثة  
من بركته. ليس منهم كد يدهوى من مشكر في لصص صدهي الأمير وقد  
تحدثت حاربها كثير بعد سون Depakote

وقيت يمحور باسكو الانبحري أورد قد حابة واحد، مؤسسة عهي لإده  
عده حتى الزير الذي لعبه مشكر امير صدهي الأمير في ظهوره قد  
سوك عهي مدى سمه أعوم كتب كتب مولات عمودية في جريدهي بحلة  
من ابحر وسوك وكنت حتى انقلاب من بحس بوطهفي في لصص لصدهي  
الأمير وسون الانبحري وجه سون از به يدهوى من بشر عالا حدهي  
بحري لاميت بحريه د امير عي كانت تبغ من العمر وقتك ٢٦ عاماً  
قد بحره من حدة شهر وأما شعر بحره نبيد من جره قد بحره عير  
سولج في حربه ونقول لا نك كتب كثير بفت مثابة نساها من أم  
كتب مملوكة في حدها ومؤديه، وسدوده، ومدة له عير كس هذا سمه  
سبون لعرفت بحدته دوحه، حيث اصعدت بوم شجرة، فصعدت بحسب  
بحسب لايت عي سون سرجة وحسب وهي إلهما حده سارة وحسب دده  
سوي ويكتب سون من دهب عكي به حده لحدك لم بعد لامر كما  
كتب، حيث أصبح من حده وعاصه، وسهية لامس، كما بدأت بشكو  
من أفكار سيده في رأسها وقد ذهب بها إلى طبيب نفسي ولكن دون جدوى









ويحلل في كتابه نفس الإنسان و الأيسر أو بعضين من الممكن أن  
 يسبب في مجموعه كبيرة من الأعراض بما في ذلك الإمراض بحظيرة (الأوهو  
 حسية) ويشكل له كذا واضعير بأنه قد رُفِعَ شيئاً ما من قبل في حين أن  
 هذا لم يحدث. وعدم لقرره على معرفتي على الأشخاص والأماكن التي اعتقدت  
 رؤيتها. والحرف أو الجمع - من صعب واضح. وبقية أو الارتباك ولا وهم هي  
 أحد الأعراض الثلاثة الناتجة عن تحليل بوطيني في الموضوعات الصغرية وأكثر  
 هذه الأوهام

- رؤية شبح بظرف العينين
- توهم تغير الحجم أو أشكال الأشياء. ومن المراسي من يتوهم  
 عمود ساحة بحول. أو حيوان قد جرى وأجر يرى شكلاً في أحد  
 رسومات بحدوث
- سماع صوتين داخل أو تشوش و دوي غير موجود أصلاً
- شم بعض الأرواح و سوق شيئاً غريبة في نوم
- الشعور بخشونة بين الخدع على جسم. إلى غير ذلك من الأشياء  
 التي يشعر بها الشخص على جسمه

والصحيح وكلاء لهذه باقي لا تفسير بها أيضاً من بين أعراض النفس  
 الوعائية في الموضوعات الصغرية وقد استخدم حديث مصار الاندماج  
 Depakote في علاج صديع الصغرى وفي الخشب سبعة يرجع السبب في  
 الصديع و كم أمعاء في هبوب الصغرى. مصدق بكور سبعة. Depakote  
 هو أحد أفضل الكافور من مرضي الذين يعانون من الصغرى أو دوار و طلع  
 منجن سبعة منهم. يعانون من الصغرى. مما يؤدي إلى صائهم بالحرف و  
 يمنع مرضي سبعة. و كتب في حذيفة عبد أم. مرة شعرت فيه بالصبح. فقد  
 شعر و تقو مع كل مرة لتذهب فيما إلى حذيفة

الاستدلال في نور اختلافه و دعيه أيضاً ما بين الأعراض الثلاثة ضمن  
 وصيغي في الموضوعات الصغرية وقد عالجت مرة طفلاً في أساسه من عمره  
 مرمو سبعة على كثر من سبعة من جسمه ومرضه الحركي سفي سبعة منه  
 أسبوعياً في دار معبده يصفي من نحن أرواح لـ ربه وقد جدي هذا مريضاً



مستبعد، لا تذكر شبهة بسيطة جداً من أحداث ما بعد مرض هيم. سمعة من  
سواء لعدم قائم تشعير بالشيخ ولكن لا تذكر در كمت يقول هيريت.  
قد تركت محلي شبهة طبعاً دراسة على مل أن تباين مشاكلي شخصاً  
حر، الحسي لا أعتقد لهم من يقوم شيئاً به سوى إعطائه لطبة كنية الحب  
عشيرة ورين بالاصحاب و قد ر عرف ه هي مشاكلي وسجده قائم من  
ذكر ما سمعته في وقت ومحت صور مع وجود، سب محفوظ و انصير  
صحيحاً ومحتة لايسر كد نوكر غيراوس ذهب هيدا بحره من مع  
دراسة

ومرشد، وهما غير وهو شكل في أشكال عنه انشيطوخه شبه بصورتها  
سابقة هو سبب لأحد أكثر مشاكلي المذكورة شيوب من كيار لسر  
وأنه يدعو بالاصحاب من أرض بحرم كثرين من الاستماع بسبب  
مقداد وسبب إرفاقه بدياً، وعاطفية، ومالي، بالأمر، ولكن دراسة  
SPECT حد أنه توسل في شخصيت هـ توسل فليز ظهور، الدراسة  
لأهمية كمت طريقة الوحيدة لتشخيص هذا المرض هي بشرح أن دراسات  
SPECT فأصبحت موضع بحث في مرض وسلي يمسر؛ أبعده من سرورية و  
بعضاً صديون وزيادة مشاهد انصير الجدية، وأحياناً ما يتم اكتشاف هذا  
أبعد قبل ظهور علامة ثلاث في سبب سبباً وقد أثبت بعض أدوية  
وهمهم فاعليه؛ كنج ظهور مرض كد صير من خلال سبب SPECT نه  
تؤدي إلى تحسين السرورية و آخر، سبب يعني تتحكم بشك كير في ابتكرة  
رافع كير مثل انصير الحسية، ونفس صوراً مع وجود يعني من فهمهم وكان  
شعر مسير، ولكن في ك بعض طريقة بعد من المزل كد كد يعني  
بعبه بعد أنبه مسطه مثل اريد، ملائير؛ وأبب يظهر سلوك هوانا مترايدا  
بـ روح

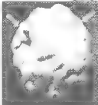
نصف ف يمتد - كائنات ثلاثيات الفصوص



نصف ف يمتد - كائنات ثلاثيات الأبعاد كجزء السفلي

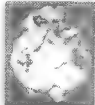
لاحظ الاختلافات الجوفية في شكل الفصوص المتعددة (الأسهم)

نصف ف يمتد - كائنات ثلاثيات الأبعاد



نصف ف يمتد - كائنات ثلاثيات الأبعاد من عصر  
الأسفل

لاحظ الاختلافات الجوفية في شكل الفصوص  
المتعددة (الأسهم)



نصف ف يمتد - كائنات ثلاثيات الأبعاد من عصر  
الأسفل - لاحظ الاختلافات الجوفية في شكل الفصوص  
المتعددة (الأسهم)

وهو فين ان فيودور دوستويفسكي Fyodor Dostoyevsky كان  
يعرف بكونه من مشاهير عصره وكان يشعر بان هذا الابتلاء كان  
حاجة مقدسة وهو ذكر أحد كتابي سيرته "زيبية فيودور ميتر" ان فيودور كان  
يؤمن صريحاً بان "ألمني بنير في مواضع لم تعرف تفهمها حتى هذا الوقت  
- جدي شعر - عطشه وانفاسه وبخوره وقد كتب فيودور في كتابه  
"The Idiot" ان هناك بيتاً لحظة من رتبة الصواع وفي حصة بحرف  
عظيم موعظي وبعد يندو فيها صفة كذا في ان في صوته فيه والى من









٥. انتوتر الذي يتراكم، ثم يثلج، ثم ينحصر، والذائب ما يشعر  
الشخص بالزهد بعد بؤسته بخصب
٦. هزت من لحيته والأزبيات
٧. هزت من انهيج وراز الحوقف دون سبب محدد
٨. يعزب سمعية أو بحرية مثل رؤية شياخ و سماع صوت  
مشوية
٩. لاخصبو بالذهب لئلا يذهب إليه من هب أو عدة تدثر  
مكان أو شخص اعتدت رؤيته
١٠. خمسية و لازيوت بسيد  
يصدع أو آلام يصب دون سبب واضح
١١. وجود تاريخ من إصابات رأس أو معاناة أحد من الأسرة من  
لحم أو لايفتاع
١٢. الذئب مبي لهم عا ذبة مثل :سكرو في قدر حص و  
الاحمر
١٣. فـ بـ من مظهر
١٤. مشار في الأكر
١٥. مشار في القراء
١٦. لايشغل أفراد من أحد بأفكر بعيدة أو أحلاميه

## تعزير الخبرات

### وصفات الفص الصدغي

يهدف الوصف الثانية في علاج النصوص الصغرية ورفع كفاءتها بعد الأخص وهي وصف تعتمد على ما نعرفه عن نصوص الصغرية، بالإضافة إلى خبرتنا مع نصوص والتأكد من النصوص الصغرية تسهم في عملية الاستقرار من حيث فهم لغات وصفها بالإضافة إلى دورها في مذكرات والأشياء الاجتماعية لتعريف الوجه ونور الصوت والإبداع والتوسيع

### الوصفة الأولى

#### كون مكتبة من الخبرات الرائعة

بحثت جد من مجموعة من الخبرات التي تجعلك تشعر بالطمينة. وبهدف من صحتك. وبودي بك أي النظر لحياة بشكر صحي ومتنير. ولأن النصوص الصغرية اليوم تتغير الخبرات الحياتية من إناثها بشكر دائم من خلال خبرات يجدها على الحفظ على صحة هذا الجزء من حجب على خبرات بشكل منتظم. اجعل لخبراتك أهمية في حياتك

سبح الخبرات بارزة في حياتك من خلال الصور وشرائح الفيديو وكتابة مذكرات مع عم تقويم مكتبة من خبرات اربعة عشر هذه خبرات على استطعت من الخبرات هي تريد يوب وبيو بخود نفسها من من يمكن أن يكون أفلام فيديو على لشجر مذكرات الأسرة منه لتعالج قد لا يصبح هذا مع الأسرة، لاصحابه وخمسة يسألكم يسبح ب

### الوصفة الثانية

#### عن متى وكيف استطعت

انغمس في الحميم قد يكون به أثر في شدة النصوص الصغرية وهناك اهتمام بعد فترة طويلة من هذه له خصائص شغفية ليست كغيره من

الخطوة في حيازة مراجعته جديدة ١. رتبته يتأخر أو يحسن. فحتمًا هو حدي مع الحقيقة سبحانه بفضل أسطر عن كيفية تفقه.

والجواب يريد عدد حيرة روحية، فأثناء: رسمي اجتماعه كتب سمع بعض الأسس الدينية وكان الاستماع مجموعة لا يجعلني فقط أشعر بعمقه. وقد يشعري بعد برودة وعجاب أكد أشعر به في كل حيلة من حيلنا جسمي. ولأن الموسيقي ترتقي بالخاصة الروحانية وروحانية لحاضرين. وقد كان يعيد من صدفاتي يذوكون في مجموعة أعم، وكان يحدث بهم غير كامل ثم مدته. ولاصواتي منهم يصبح أكثر، تنبهاً وحيوية.

بعد فترة طويلة وحساب عقد بين رسمي يحصل أو مرحلة ما قبل أريد من فصل وسيلة جميع الاعتقال هي عدد. لأن عدد يسهر عليهم مدبر. د. حميد وجميعهم يندمجون أكثر في نشاط التعمم إن لم يوافق عن تعميم لأطفال من خلال أعم في الصف الذي أو الثالث. تتبدل عن غيرها أن تستمر في هذا الأسلوب حتى صفوف لاحقة.

وعني: للفراسي حينه كتب في مرجعه سديد أساسي في جيترو كما يعني: مخرج بعضي أشرطة عسكرية. وبدأت أحفظ الأغاني التي كنا نغنيها بعد ما كنا نغني كمجموعة. كان بعد ارتفاع روحنا معوية. ويحس من وطء. ثم أتي كبقوة به. كشيء بشخص عسكري لمدة عشرين ميلًا من قلعة من سلعها وحيث ستطعم. وقد يحضر هذا. أعني بصوت شخص راكب مثلي صوتك أشر. وسوف يكون بعد مثير للغاية من النصوص الرسمية بل بعد بحمار هزلي بعد.

### الوصفة الثالثة

#### استخدام الحذنة والتعميم لتقوية المخ

يذكر "د. دانييل" مؤسس معهد الموسيقى والصحة والتعميم في The Mozart Effect أنه بعد استخدامه بمره صوته في تجربة إنكزة ودرج. يحسن كل أشكال التصويب بعد في ذلك بعد. ولاشده و أعماء. وهو في ه. ه. ه. أشعر في حتى محرر الكلام يمكن. يشو به أو علاجي.

من سحر في حقيقته أنه "ليس هذا شيء يقول شعبه" وأنهم بالقدرة على  
 هذه السحر في الأصوات المتحركة ويرى كدعوى في فعل هذه بشكر منظم  
 من حصر في يومه يورى بلان لا يشكر في كثير من الأصوات في ردة  
 في غير شيء جسم. لكن من دعوى ويشكر جسمه لأخرى بالإضافة إلى  
 هذا في هذا "ألم أبي" ويصبح هذا "وقد ريت الكثيرين يستخدمون هذا  
 السحر بشكر عملي من من لا يشكر، في دخول لأختبارات أصعب وحتى  
 ليعلم من عرس هذا الأمر والبرهان يصفي كما كان لتسعيد ثم يدل في  
 وحفظ الحق وهذا في يومه لأخرى في في السحر بعض شيء توري  
 منجس مع ويعمل بعض ويصطبر على كما يصبح شعرا عند بالصدرة  
 ويرى كدليل من هذا خبرته في هذا أصوات معية يكون لها كثيرات  
 معية في الجسم ويعطى

١. نداء أو استرخاء، نوري

٢. وهي أكثر أصوات متحركة هي نوري في الشعور  
 بالحبوبة وبما هي في توكيد والحشيش من لاء وعصب  
 نوري ونوم وعبر إلى الأصوات، ويمكن أن نوري إلى رفع درجة  
 حرارة البشرة واسترخاء العضلات

٣. حاول أن تترك بعضه شعبه هذه حسن دقائق يومه، هذه أسبوعين النري  
 من كنه هذا سعيك

٤. وأنت بشر حارسه في يكون لها ثم إيجابي ثم لروح وداخلة وفي  
 ٥. "نور" - "نور" وهو يوم يغلب المذهب الموسيقي والظلم يندبون  
 عند يشعرون بالصدرة واليهوم شيئا ما يندبون بالأنحد التي تخطر على  
 ذهنه في يرفع من روحه عزلة ويؤري في أسرار، لعلي حرم على أن  
 هذه بعضه من دمة الله، اليوم، فكلك أدنى أصوات إلى ضبط الخ. شعرت  
 نري من لحيوبة. وأصبح مع أكثر شاعرا في هذه اللحظة

## لوصله مزايا

### سماع لموسيقى كلاسيكية

سماع كثير موسيقى كلاسيكية سواء كانت موسيقى ريف و حاد  
 ر ر و كلاسيكه أو أي نوع من موسيقى دنيا أخرى لمح حقيقته  
 محدود و لموسيقى ما أن شديده فالاستماع إليها يمكن أن يؤدي إلى عيشه  
 سبه بمشاعر حسنه ويجعلنا نشعر براحة و ثروة عقلية  
 و يستخدم علاج بالموسيقى كجزء من علاج طبي عند عدة عيود  
 و هذا النوع من الموسيقى يكون له أثر عظيمه بالنسبة إلى مرضى  
 و موسيقى حريجه و روحه يمكن أن تبه مرضى لاكتئاب بشكل جيد  
 و في أحد الأبحاث التي جريت نفيه اكتفيريون ثبت أنحنون في جامعة  
 كاليفورنيا في "إرفين" أن الاستماع للقطعه موسيقيه بشر Sonata for two  
 Pianos (K 448) يؤدي إلى شعور مهارت ثمة مصري حقيقي و في  
 و من الدكتور "فرسيس هـ روشر" مع زملائه بإجراء دراسة مع ٣٦ طالب  
 يرمون بتمه علم نفس و بعد الاستماع لموسيقى "مورر" مدة عشر دقائق  
 ثبت أن جديهم يزيد من ثباتي إلى تسع نقاط في اختبار خاص للدكاء الحيزي  
 و هذا من مميزات سماعه الموسيقى حيث للثبات و يرى جوردن شون "أحد  
 الباحثين مع الدكتور "فرسيس هـ روشر" أن موسيقى "مورر" لها تأثير  
 "مستحير" مع "من يعتقد أن موسيقى بعضه تسهل أبحاث طبيه معالجه  
 ثمة و في بعضه مع بعضه بشر لوصف و شرمج في حين  
 موسيقى "مورر" و لا يره يمكن أن يكون لها تأثير مختلف تماماً و في حين  
 يربط يديف دم بحتو باختلاف الهيات خدمية أو حيزية من خلال  
 مرض ٦ صوره بمرده شبه ورفا مشوبه على شانه مخرج فون مستوى  
 مرض و كانت كل صوره مخرج سه رقيقة منه و كان يهدف من اختبار هو  
 قياس هره شارش على تخرج شكل كمن صورة عند فتح لورقة و على مدى  
 حمله به كانه هذ مجموعه سماع لموسيقى "مورر" و بعده حمله  
 و تستمع غيره و مجموعه ثالثه تستمع لأصوات مختلفه في ذلك  
 لا يفر ل كبريت جلد و تستمع موسيقيه رقيقة الخ و هذا و هذا





بمنه موسيقى يؤدى أو استقرار مصداق الشعب وتظلم لركن في حين أن  
 لا يسمع لاسم الموسيقى لاجل وحده الروح يؤدى إلى تراجع لأفكار  
 ويعتبره يركن بصفة ثناء استماع أن يسمع لعدد موسيقى  
 ١. موسيقى بعلامتها وعدها من الموسيقى الجديدة هادئة يكثر أن يكون  
 بها تأثير إيجابي على خلق

### الموسيقى للحائصة

#### تعلم العزف على إحدى الآلات الموسيقية

في إحدى دراسات سابقة بني أفرح شر من "يوش" و "شاف" في  
 "جامعة كينغز" في "كين" ثم سرى ٣٩ طلبة من مرحلة ما قبل دراسية  
 على عدم العزف على البيانو وبعد ستة أشهر كذا بمصروف جميع لأطباء أن  
 يعزفوا لأحد الآلات الموسيقية "موريت" و "بيشوف" وقد ظهر لديهم تحسن  
 كبير و "مبار" تمت بمصرى الجوى وبلغت نسبة التحسن ١٦٣ مقارنة  
 بمبرهم من لأطباء. عز بعض مبرهم بمصرى من مصرى دوما في تعلم كينجس  
 ومن "جوى" من مشهور ويذكر "كينيل" في كتابه عرسات مثالية أعظم  
 لجنة مصداق استوى في الجامعات عام ١٩٩٦ أن الطلاب الذين لديهم خبرة  
 في الآلات الموسيقية قاموا بمبرهم من انصبة عديدين بصفة "المنطقة" في لاصحة  
 ليعرفون و ٣٩ منطقة في ملحق الرياضيات وفي دراسة جريت على نحو  
 ٢٥٠ طالب دراسي آخر طلاب عديدين لديهم خبرة في الموسيقى أغنى  
 درجات في قراءة بسرعة بمرهم من طلاب ويعلم انه موسيقى في أي مرحلة  
 مبره يمكن أن يبعد في تنمية تشييد محالها انصبة في للتوصي بصدقية  
 و كما تم تشييد بمصروف بصدقيه يشكر لصال. من هذا سببا في في لغات أو  
 تحسين جميع وظائفها

## الوصفة السابعة

### لم بحركات إيقاعية

المصوح صرعيه هي أسنونه من مراحله وأصدر لإيقاع - والإشارة  
وترقص وعصر - من أشد الحركات الإيقاعية يمكن أن يكون بها تأثير  
شعلي ولا يعرف الكثير من الأمرين شيئا من مفهوم الإيقاع وأهميته بطوره  
واضح

ويستخدم الأطباء في علاج أسنونه والأمراض العصبية النفسية كوسيلة  
لجعل العمل أكثر تركيزا وبطاقة. فالأشياء له ينفذت حركة تؤدي في حالة  
من أسنونه وتضم حركات بدنية وسكونية وتجعل العمل متفتحاً للمنهج  
والحركات الجديدة

وآخر ما يجب أن لا ننسى أن يكون لهم خبرة والإشارة بشيء يمكن أن  
يعد أرقص والحركات بديهية دوراً حاسماً كبيراً. وعندما كتب عن في  
حدى لوحات النفسية إحدى المستشفيات كن مرضى يعانون بالرقص من  
ثلاث أو أربع مرات أسبوعياً، وقد وجدت أنهم بعد جلسات العلاج بالرقص  
يكونون أكثر متفتحاً وتفتحاً. فالرقص كالعلاج يمكن أن يغير اتجاه الرغبة  
شخصي ومنه. فحركات إيجابية يشعر بها عوب يوم أو أسبوع، بل  
ويعد أسلوب من ذلك

سنت عيك أن تظهر في حركة لديهم بحركات إيقاعية

## الوصفة الثامنة

### حزب تناول الأدوية للقصور الصدغية

لحزب وطني في عصر الصدغية يمكن أن يؤدي إلى كبح حصره به  
في ذلك نوع من الصرع والتميز عصبية. والحركات بحسية بديهية  
والفكرات سكونية كثيرة ويمكن أن تلعب لأدوية هذا دور كبير في علاج  
هذا المرض. وتوجد Depakote (divalproex) و (gabapentin)  
Neurontin (lamotrigine) و Carbama  
Tegreto (zepine) هي أدوية جديدة صرعت بعد كثير على ضبط نشاط

بصورة صادقة وقد أثبتت قاطبة هذه الأدوية في العديد من مشاكل الطب  
بعض من الصداعية والاضطراب مرض، والاضطراب الاكتيبي الموسمي.  
بعض بعض وسلاسل الأند كد ثمة بين ان Divantin وهو أحد  
الأدوية الحديثة في علاج الصداع يساهم على علاج مشاكل الصداع الصداعية.  
بعض ، طبيب اضطراب أو طبيب متخصص في طب نفسي بعضي بعضي  
بعض

## الوصفة القديمة

### خذ قسطاً كافياً من النوم

ركز الأبحاث حديثه على أهمية النوم، فقد أثبتت دراسة حديثة  
استخدام تصوير بنسب SPECT ، لأشخاص الذين يعانون من قلة  
من النوم، أن نسبة ٩٠ في المئة منهم إن ظلال التروية بشكل كبير في قلوبهم  
بعضية كد مرتبة قلة النوم بالتعب، براحي، وانخفاض عدد معرفة.  
و كور وحالات بيه بأخصيص أن مشاكل عصور الصداعية وعدد كد  
كثير الأند، لبعض في "كوب - روب" في شعرة "توجد" كد بعلاجه  
هذه من الأشخاص من بعض من خردن شديد من النوم بسبب مدورات  
بعضية وقد أدى حرمانهم من النوم في صهور أضرار الصداعية بعضي.  
و كور، والموسم، والنوم من أساسي لكي يؤدي السج وظائفة بأشك  
الأند وحاجة عصور الصداعية حرص على أن تقدم على الأقل من ست إلى  
نمى سبع كل ليلة

## الوصفة الجديدة

### تحب تناول الكافيين والنيكوتين

بعض بعض وسلاسل الأند كد ثمة بين ان Divantin وهو أحد  
الأدوية الحديثة في علاج الصداع يساهم على علاج مشاكل الصداع الصداعية.  
بعض ، طبيب اضطراب أو طبيب متخصص في طب نفسي بعضي بعضي  
بعض





## ١٣

## الجانب المظلم

## الغف: مزيج من المشاكل

يعتقد هم سوب شري بعد وقد بدأ جند كبير حول ما إذا كان سلوك الغف الناجم عن عوامل نفسية ، جنسية أم بيولوجية. وقد أثبتت دراسات حديثة أنه ناتج عن مزيج من هذه العوامل الثلاثة

وبالرغم من وجود دراسات بيولوجية خاصة بفرضية سوب الغف. فقد عكس الأطباء على تاريخ الأسرة في معرفة لعمل انورثية بالإضافة إلى تاريخ حياتك ارباب ونوبات الصرع. ودراسات انطاكيا- وباب لعرق تأثيرت لأدوية مختلفة. من بين الأسباب الرئيسية وراء غيب النوم تشخيص بيولوجية وصحة الغف قد يكون نوع ونوع تدخين للشباب عصبية هناك بعض غير محدد. وعرضه نتيجة عن دراسة رسم مخطط دماغ يتعلق بموضوع الغف. كما تشير إلى إمكانية أن يكون لسبب في غف هم وجود مشاكل تتعلق بالعلاقات العصبية في باب حشرت حشر في غلوتاماتيرين. و (استدعيه) و (غليوتامين) و (الاسيتيكولين) و GABA قد شرت الدراسات إلى وجود مردد موقع عصبية شريحة في دور في الغف بعد في ذلك اجوز بطول. والاصحاح عصبية وقت بعد جيني وفرضه مقدمة انفس جيني

وقد كنت برسم SPECT نافذة مفيدة لنا معرفة ما يدور داخل مخ لشخص الغف. والاسادة على نموذج تدخ. دراسات النيورولوجية سمعة والمفرد برسمه باب بر الأعداد ودرهقين والسفير عن حموا سلوك غيب و عديها. ودرهقين هذه الدراسات أجريت على شخص عديم. وقد صهر وصفا ر منح شخص اقدم في يخلف بشكل واضح عن منح شخص طبيعي وقد وجد أن الاختلافات بين العنوايين وميدهم من ناحية الإحتمالية والإستيمية تكمن بشكل كبير في ثلاثة أمور: حصر نشاط مقدمة بعض العصب و زيادة نشاط انجهر خطوي والحد من

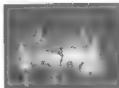


صيمي. وقد ساء إحصاء دراسة SPECT معرفة ما إذا كان هناك أي مشاكل في  
الدم قد يكون السبب فيه يعني منه

وقد ظهرت دراسة وجود عيوب كثيرة في الدم قد أوضحت أن نشاط  
الدم يكون طبيعي عند المسكون، ولكنه يسوء عند التفرير (مشاكل الاندوعية،  
كما ظهر في هناك ارتباطا في نشاط النقص الصدغي الأيسر (سوءه العصب،  
والتهرب بطوحي (الانغلاق حول أفكار معينة)

هنا غير صورة الإكتينيكية ومعلومات التي كشفت عنها صورة  
SPECT هذا ثم بعد يوم بعد لتصبح Tegretol وبعد عدة أسابيع تم  
علاؤه Prozac وبعد عدة أسابيع شعر بوزن زيادة حسنة بالحكم  
والسلام بدائي وحقق ذلك يشعر به من ريدول وحرف كما حصلت  
بواب العصب، وأصبح بعدوه أن بعض بوظيفة أخرى

تأثير مع بوزن بالعضوية



تأثير حادسي ثلاثي الأبعاد نشاط الدم  
تأثير التربة في نشاط الدم الحادسي الأيسر والجهد الطوحي (الأيسر)

### مستخلص

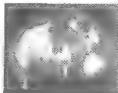
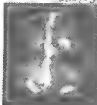
يبلغ سنه من العمر ٣٩ عامًا ويعمل مهندسًا برمجيات لمعدات  
في عاب وكان قد أصبح مستعصي بسبب تشنجه في الانحراج. وقد حصل عن  
زوجته منذ وقت قريب بعد زواج سمع ثنائي صوت وقد أصبح يصاب  
سوء معاملة زوجته بذلك. كان سنه "يشكو من أنه سريع العصب، وأنه  
قد ما يصبح بالسريع على طريق كما كان سريع الفشب في العمل وعندما  
أصبح مستعصي كان مكثشا، ويعين بليكهة، كما كان يعاني من صعوبة النوم



وصف مركز. كما ذكر يشعر بالارتباك أحياناً والعصب الشديد من امور بسيطة. يتم تشخيص مرض EEG وجود شيء غير طبيعي. أما دراسة SPECT فترصد زيادة في نشاط الأجزاء المعينة. بعض المرضى لا يفسر والتشخيص هو التالي:

وبعد ذلك هذه الصور التكميلية ومعلومات التي كشف عنها دراسة SPECT هذا قريب من يد ستين بشار. مصدر يتشخص إضافة هناك الاكتئاب. ومن ثمة اعطيه Teretol و Prozac وعلى الرغم من أن هذا لم يفعله من الأعراض على الانعصاب من زوجته إلا أنه بدأ يشعر بالهدوء. وسيطرة على نفسه. ولم يعد يفكر في الانتحار. وكان به كم كان يتعلم لو عرف به. نحن نطعم في قصة مذهلة من ذلك اليوم. وكان يرى أنه لو حدث هذا به. لنشفي به الأمر في زوجه إن الطلاق.

التغير السلوكي المعنوي على يد ستين



صورة جاذبي ثلاثي الأبعاد نشاط الأجزاء  
الأمامية

صورة جاذبي ثلاثي الأبعاد نشاط الفص

### ملوك

يبلغ العمر من ٣٤ عاماً. وهو يعيش في مؤسسة. وكان في حيرة من أمره مع هذه الحالة. بعد أن فجع عن برنامج العلاج لإدخاله قبل سنتين. كان يعاني منه من التفكير الذهني. وكان مرضه قد بدأ البرنامج دخله في ١٠ سنوات متتالية من حياته للأفضل. بعد عشر سنوات. وقد بدأ في مشفى الأمير آر. وبعائنه شارك من نفس كس سببه الإدمان. ولكن بعد مرور ربع شهر. بدأ يتناول حبوب. أي عقاقير. بدأ سوكه معنوي وشعوره





إحارة نهاية الأسبوع لدى عدد هبب مستشفي كتب ألب في نهاية حوارتي،  
 كتب بعد وقت اشهر نفسي، حيث كتب بجميع الاحوال وبحث معهم  
 شدة عدم، وكذا بيرو بعد في فريقي ومع كل بعد كل يباشري بعد سبب  
 بعد غيبه في بشري في سعيه لشرح كتب أشهر بيتر سوك حقيقي فعلاً  
 وبعد خروج بيتر من المستشفى بعد به بسبب في مشكلته وطرح غيب  
 رغم من بيتر أصبح أكثر هدوء من لهجة الخطية، الا انه ذكر يقالي من  
 مرضه صعب قصور لانه حيث كان بعد صعوبة في التركيز وعدم عماله  
 دراسة ولانهم كتب حرق في خيال بحباب في سبب شدة بقدمة انفس  
 جبهتي بعد صلت إلى Cylert Tegretol وقد ساعدة عند كثير على  
 تحسين ذلك في مدرسة وبعد تسليح سبب أصبح بيتر مستقر ويحلي بلا  
 حدة في دراسة وسرور وعنده مع بيتر اسادة عشرة من عمده أعيد  
 محصورة بيده شريس في جديده وعندما شاعدي في ساحة انتظار اسياوات  
 جرى بحوي واحضسي أمام امداقائه

### وصف العيب

هذه نتائج من كشفت عيب في SPECT بشرى في وجود عيب  
 او بطل مع شخص العدمي يتصور جزء عديم من المخ ويصفه خاصة  
 انصف الأيمن به وبعد مجموع هذه نتائج مع يتضح ان العيب هو سمية  
 معده تتدغم فيها صدق عديم من المخ

بعد كل سبب فشره مقدره على جبهتي غالب ما بعد في الأشخاص  
 من يعانون من مثل كل معرفة مثل لشروهرريب ولاكتئاب شديد، وتسم  
 فشره بعد في لهم جبهتي في عينة مركرة وتعلم لاسمعي وتذكير  
 بعد في شخص لعرسي عليها ما يسي، فهم يوصف ويتصرف بشكل  
 يتصف بالاسود

وكما ذكرنا صعب فإن زيادة نشاط الجهاز الطوفي غالباً ما تربط  
 بالأشخاص الذين يفتقدون بالذات أو سلوكيات معينة دون غيرها، فالشخص  
 له في ذلك ما يقن يسكر ذلك في عدم حقيقي و مر وحي عليه وقع عليه  
 وعلى سبيل المثال نجد من خلال استقرار سبب بعض الحالات أن بوجد عاليا

ما يتورطون فيه، فبدلاً من هؤلاء الرجال، به عندما يتخطاهم شخص في  
 حركته، فإن الواحد منهم يفكر طويلاً في هذا الأمر لدرجة تجعلهم يشعرون بأن  
 عليهم أن يفعلوا شيئاً حينئذٍ هذا شيء صباح أو لاسرة و حتى يفرضه سافر  
 في هذا عالمنا المتكبر من أنفسهم وقد وصفت كورسب أن لادوية التي  
 لابد منها لسر، موسي، في اناج (Prozac و Anafranil) ساعد  
 على ضبط نشاط جهاز اعطري وجعله صحيحاً

ما زيادة نشاط بعد تعاقبة، التوقيظ يسهل انذار يعنون من الفقد  
 وفقدان شعاع والشخص العدا في ثانياً ما يكون مستوى التوتر أو القلق لديه  
 مرتفع وقد أدى عدة اصابه بعد وشخص عوايين تزيد فيه نسبة قلقهم قبل  
 شروع في سوك عدواني

قد يرتبط خطر في اجزاء اخرى بالموسيقى ويمنحه بعض ساحلون في  
 شخصه المتوازي يعاني من نوبت طرقيه وقد أثبتت الدراسات بشكل مسبق  
 به عند تشيخه اسر وهي جزء من عصوص امثلية اعمية غامياً ما يشر  
 له على ساداء من جهاز اعطري، في شخصه يصبح أكثر عروية  
 وحده ما يشر في اجزاء بطرق على به اجزاء مسوب في منح عن اذنه  
 له حيه وفي حاله؛ شدة هذا الجزء يرتفع كغيره في اذنه مزاجية

كما قلنا عمداً درسات عن وجود صلة بين العنصرية ووجود مشاكل  
 في عصوص عصبية والاصلاح هذا الخبر في هذا الجزء من منح يمكن شدة  
 فوية عن Tegretol Neurotntin و Depakote

ومن خلال هيدوني بصوير منح من خلال درسات SPECT يمكنني  
 انبأ بوجود ثلث من واحد من في الجزء الأيسر من الخ وبين التوتر  
 و هوية كما يرتبط وجود مشاكل في الجزء الأيمن بالانحجاب، وبخمس  
 الانحجابي، بخود، والحدود انصوبية بشكل كبير

قد ساعد في أسرة مربية عيشني في النجاح أساسه الحياه النظيفة  
 و عيشه في روكب ومن أن هذا خطه في شخصية ادميين والفقه ومن  
 سيرة مربية لا تظلم وحتى لا يفسخرون وهو بصور في الشخصية وشر  
 به جريته وقرصه من حشر الك درسه SPECT يعبر تفكيره بعد



بعد مصادفة لأحد صديقه في رحلة في إحدى حدائق مدينة القاهرة حيث سمعت وقالت زوجته  
إنه عند ولادة فؤاد كان لأب ودرم وصغيراً ومهتد. ولكن بعد مصادفة أصبح  
سوزر ودرم بحسن وسريع الغضب

وقد كان "فؤاد" صعب براسي يعاقبه أثناء جلسات العلاج الخاصة  
بالأسرة حيث كان متعللاً وكثير الحركة، وسدوداً، ولا يهاب الآخرين، فكان  
يأخذ من والده ما يوقف عن سلوكياته المزعجة ويصرخ ما أمرته و  
يشتك لنفسه في نفسه "فؤاد" مع والده. بعد بعض العلاج النفسي لهذه الأسرة  
ذهب وركب أنه لابد وأن هناك مشكلة مدنية أو بيولوجية في مخ هي التي  
تدفعه إلى هذا السلوك المتواهي ولربما من معه مشاكل البيولوجية التي تدفعه  
بها هذه الأسرة فتم إجراء دراسة SPECT على مخ كل من "فؤاد"  
والوالد

وظهرت الاختلالات وجود تشاكن في مخ لدى كل منهما فقد ظهر في  
مخب شحاً في بعض حصص المخ لا سيما في مناطق خاصة بالذاكرة هي  
سبب فيه كما كشفته دراسة وجود انخفاض في نشاط الجزء الأمامي من  
"فؤاد" عندما يحاول التفكير وقد ربط من قبل أن هذا الأمر يرتبط بالأطفال  
الذين يعانون من اضطرابات عقلية لديهم ويعتبرون بالاندفاع والنشاط المفرط  
وبعد أخذ تاريخ الأسرة ومشاهدة تفكير الأسرة مع بعضنا البعض ودراسة  
مخات SPECT أصبح من الواضح أن مشاكل فؤاد ووالده كانت في جزء مهم  
بيولوجية وقد وضعت للاثتبات لثوبت الأجزاء تهدئة بعض حصص  
والعلاج بعلاج دواء متنبأ لتنشيط الجزء الأمامي للمخ

وبمجرد علاج المشاكل البيولوجية أصبح يتفهم الأمر، أن تشجيعه من  
علاج نفسي في علاج سوء الفهملة. وبعد فئبب أكثر هدوءاً واهتماماً في  
جلسات العلاج، كما تنكر لأب من معرفه كيف يتعامل مع سلوك ابنه بشكل

وإضافة معالجة العمل بمثل مسألة كبيرة تتضاعف عندما لا يتم التعامل مع  
مشاكل مخ لمن تتسبب في هذه المعالجة





حده علاج لأول مرة مع لاموتريكتين أو أميدو بمحاولتي لاموتريكتين هو العلاج  
ببسي أو العلاج بالحمض ونظر بحظوة حاشية وصف به Depakote وهو  
يوم يقصد بوقت الصبح وذلك بهدف نشاط بعض المصعبي وبعد ثلاثة  
ببسي صحت مع علاج Zoloft مستخدمة مع كعيب قبي التفكير بها هي  
وذلك ان سنة أسابيع لم بعد تنسب دني بوقت عصب ولم بعد ينكر في  
الأميدو أو أصبح يعارض مع اسرب ينشئ كثر بحاجة كذا ستقر في علاج  
ببسي منسب سبوعه على مدى عدة اشهر وظن دني ثلاثة أعوام يتناول  
حربه معاليف من الأدوية وان ان يعود التفكير في الانتحار

### ماري

في شهر صربي ١٦ غاد عدد وديت المشفى بتكرري محاولات  
الانتحار وأبانت عدة هي المراد بحاشية امري ثوري فيها مستثنى عصب وكعب  
هي بيب . تحبون ان مؤسسة علاجه الإقامة فيها مرة حولة كذا كنت  
بديت بحاشي من أفكار هاجمية عن سبوكي به جسيمة غريبة وكنت تجد عصب  
ببسي امري أخذ حصصاً من ماري يومياً وتغير ماريها مرات عديدة خلال  
يوم واحد وكنت بعد بتصبح بالحد من رتبه في عصب ماريها وفي اليوم  
لدي أودعت فيه المشفى كعب قد جرححت معصمها برجاج مكسور، وديت  
بها عم قد سجن مرات عديدة لاعتقاده على الأخرى

في كشف ماري به SPECT امري حرب ماري عن زيادة صحوفه في  
بديت بحاشي سبوكي والحدب لايسر من عقد افاعسية وحبب لايسر من  
حبب حاشي بالاصابة من الأخرى له حية بلنفس حاشي لايسر، وهو  
بديت بحاشي ببقرة من بديت بحاشي قد جرححت في ماري تاول  
Prcaak باش حاشيها رباب مرود وسندا ان الامراض التي كعب  
بديت بحاشي وهي ببقرة - التي كشفت ببقرة SPECT بعد وصحت بها  
Depakote و Anafranil وهو بعد ببقرة والاكتئاب. وخلال شهر  
التي صحت ماري كثر البقرة وأصبح ببقرة على تحدث عن  
بديت بحاشي ولم بعد التفكير في الانتحار وبغير يعود ليعمل بدلا من ان تدخل  
ال علاج ببقرة ماري. وصبرت ماري في العلاج عدة سنوات دون ان تحدث





، محدود في نشاطه، صدمة نفسية حادة، وسحب بشعور يشكر جيد  
 علاج مع Prozac وهو مفيد للمزاج والاعتناء بـ Depakote وهو  
 مفيد بشكل جيد، بالإضافة للعلاج النفسي وقت في البداية في جميع أكثر  
 دراسة وعكسها في عدم حسن حاله في تلك الفترة معينة مكررة







### جيف

٥ "جيف" قد يرفع من العمر ٣٦ عاماً بعد، جاني، يعالج نفسه من مرض أليسا أفيانين، وكانت إدارة خدمة الأطفال قد حذت أفعاله اثنان ووصفهم بحب وحبه وديه. وكتب أن جيف، وطبيعته، بسبب متأخر الزمن والـ٤٠ غير المستقر بعد، وقد والده قد استعد لإدارة خدمة الأطفال لهم بسبب لضعفهم، وبحولهم على سلامة لأطفال. وزوجة جيف هي "بيث" سمته بحشرات. وقد تركت الأسرة قبل ذلك بعدة سنوات. ولم يعرف أحد مكانه. وحاول ولدا جيف أن يسعداه. ولكنهم رفضا قتلا. إسي لا أعاني من شيء. وفي بداية عندما جردت معجزة على راسي كان في حالة من برهش، وقد بقي بعلوم غير الآخرين. وقد كان بي أنه لا يعارض، لا قدر بسيطاً، ولا يفهم من هذا الاندراج من الجميع. بسبب، تكسر حاجز وفهمه ارتد بهو. دراسة SPECT وقد حوصت على "جيف" صفة على شانه بكمبيوتر صغير. وقد، وأجود عن مثله مدة ثلاث دقائق فقط له. "لأمر كبير من بعد فيه. بعض وقت تدري من بعد كبير في أمح بسبب هذا لعذر. و. بؤمت على هذا من تكريه حب. بعد بعد. وير يكون. بديت قوة معينة كافية لأحد. فزرت صحيفة".

وقد خلا منه "جيف" نصح من بعد بغير من اضطراب تصور. "بعد" صفة أن معناه اضطراب. رأى طفوله كان يعني من لنداد العرق. وشغل. وفرض على الأثني. بالإضافة إلى مشكل في التحكم في الذراع وقد به جيف. سمته "بوية". و. ب. بعد من يدع حاضر. كان كما بذلك وهو عمر ٧١ Ritalin لفترة قصيرة توقف بعد. لأن ولده لم يشعر براحة من جرءه. بوية. بعداً كبيراً. يستخدمه ليدفعين. وبسبب، قد على حد بوية على استرخير ومنه بغير من لطفه. وبسبب. دابة في بعض في دى لمر وقد حذر "جيف" لنداد الصحيح. ودي يستخدمه كصية نصح. ولكنه لم يعرف أنه يستخدمه علاج مثله. وقد كان متوسعه به. و. ٥٠ مسجود. يوماً. وهو. بوية. من عشرة إلى عشرين مرة على مدار لحيته إلى لخدمة كصية حب. ليدفع. بوية. كان يتم بصيغته في



وإنه وبم حيلها بمواد كيميائية أخرى سامة وقد كتبت عدم أن الكي أساعد  
حيث تعلني ولا معالجة شعرات مع لسببه لا هو يره بالإضافة إلى  
حصصه بمراد مع علاج لا دور وقد كتبت أنه دعني أصبح ب محمراة. في  
نفس من في هذا الش. كذا أن محمراة لا بصر مع. وبعد ذلك وصفت له  
درجة ضعفه من Adderall وهو حيل من علاج لأعنيانين التي يعرف  
بجسم منه والتي لا تؤدي إلى إدمان. إن سادها لمزيد من كذا وضعه في  
طبيب كذا كذا. و قد سادها بالإضافة إلى كذا في شاعه بمراد مع يوهي  
مقول من ١٢ خطوة وبعد عدم من موطبه من العلاج وإساره بمراد مع  
بوسقة. مستطاع "جيف" أن يعيد أطفاله لغيره.

تأثير الدواء على العينين على "جيف"



مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد من أعلى لأعين  
لاحظ تعدد الشعب في النشاط عبر سطح العين

### ملوك

ما "أدرك" الناجع من العمر ٦٤ سنة. فكذلك ما أنه محققه تعدد من  
"جيف" بعد أن تعطي الكوكبين مدة عامين قرر أن يتوقف، مما جعله يأتي  
لعدمه. وقد كتب لي "عندما بدأت تعطي الكوكابين، شعرت بتحسن وأنا مع  
آخرين. بعد كذا دائما أشعر بحدود. وعدم أرحه وأنا وسد مجموعة من  
من ما من لاء، الأول من سادها فيها كوكبين فقد شعرت بالثقة  
والقدرة على القيام مع الآخرين. دور لشعر بهنق ولونور. ولكن كذا تسولف  
خروج من كوكبين شعرت بهجة لمزيد، إني "ريد". قمع عنه كل  
بـ "ينتر معظم دونه على كوكبين. وكذا وادد بـ شاجر معه. عدم

وجوده. وهو معروف عنه على الرغم من كونه بعض جوانبه دوناً كمالاً وقد أدركت  
 إجراء دراسة SPECT على سرية والتي كشفت عن وجود زيادة في نشاط  
 بعض اندماجية في حوض الأيمن والأيسر وبما مصرح به من قلق  
 وإضافة إلى هذه النقطة في اسطح العمود النصح (بما يشير إلى انخفاض نشاط  
 سطحي عديدة في السطح). وقد يرجع تلك نتيجة عسما رأى هو محدد ولكن أو  
 ما قد تكون غير متجانسة بحيث لا أضعفت عن سرية كوكاين<sup>١٢</sup> وقتل به إلى  
 هناك حصة. وبما وكسني لا أضعف ذلك ولكن هناك شيء واحد يجدر  
 هو أنه قد اسفر في تناول كوكاين. استرداد الأمور سواءً

وتقريباً ما سألني الناس عما يحدث في أنهم سمعوا عن تعاطي  
 مخدرات. وجب عليهم بأن الأمر عموماً بعد الأمر مقرر بوجبه لعدم الذي  
 تتبادر إلى بالى يحدث به. يوجد لسبب الأخرى التي ربما كانت هي محاولة  
 وبذلك حاسبه حيث قام بعض يكون لديهم حساسية كبيرة لأثر المخدرات  
 وبعض ما يظهر عند التأثير على الح. وهناك خرون يكونون أكثر مقاومة لتأثير  
 مخدرات. ويذكرهم. يتعاطون كمرة طويلة دون. يؤثر ذلك عليهم كثيراً،  
 وبشيء إلى ذلك يعرفه عند نفس حدود<sup>١٣</sup> ويبدو لي أن من بعدهم. يتعاطون بعد أن  
 عرفت هذا

وقد احتضنت سرية بوضع علاج لزمان بلاصاها أو حضورا حصلت  
 علاج نفسي وقد جعلته عرقاً حديد يهدئ بها نفسه في أوقات الاجتماعية (كما  
 طريق معاً لا سرحد عليه لحيوية. وعلاج الأفكار السلبية العقلية. وقد  
 حدثني "سرية" بعد ذلك أن وزيمته لمحة كانت هي الرادع له عن تعاطي  
 الكوكاين وقال لي "لو أنت مكثت حول النهار تحبطني عن أضرار مخدرات  
 كنت لأمر سيمو غير جزء. بقى بعد أن ربما يتقرب في شيء لم يعد  
 هناك من الإدمان وبعضني القوب من خلال خبرتي أن رؤية أرفينس للثقاف  
 يحدث في مخه هي أكثر الطرق فعالية لكسر حاجز أرفينس الذي دلف ما  
 يصاحب بعض المخدرات

شائير الكوكب من سطح القمر



منظر سطح ثنائي الأبعاد من القمر لارض  
لاحظ تعدد الثقوب في نشاط سطح

### الكحول

يرتبط بدم الإنسان حدوث حس أو عدم في الدم في الخمر والحرقاب  
صغيرة من الكحول تؤدي إلى تنشيط لمح في حين تؤدي الجرعات الكبيرة إلى  
سوء الاوعية الدموية في المخ، ويحدث عدم في نشاط المخ، ويرتبط الإدمان  
بـ بلعكول بالحدود الضيقة، والسيفي دموي داخل حج، وخاصة في مناطق  
خيمية وعضوية منه وفي حدود الدراسات استحدثت دراسة SPECT  
دراسة ٧ بطرق، أضاف مع عينة مخربة من ٥٠ من مدمني الكحوليات وقد  
كشفت SPECT وجود مشاكل في ٣٤ من المدمنين والذين قدم من المتحوصين  
وكانت استجابة دوائية هي محاضرات نشاط قشرة المخ، وقد شرب دراسة في  
خمس وجود استعداد وراثي للإدمان، وقد أظهرت دراسة أخرى  
وجود مشاكل عصبية في المخ سره شخص مدمن.

يؤثر الإدمان عموماً للكحوليات إلى تعطل صفة "تنبهين" (وهو نوع من  
صين بـ ساسي التنبه بالوسط المعرفية) ويعرض المريض لخطر الإصابة  
بـ متلازمة كورتاكوفا وبمتلازمة كورتاكوفا هي اضطراب نفسي يورث فيه  
مخدر من مخدرات باراكيتا الجديدة في الإدمان، كما من حين تعريض  
معدودات المتعددة ويؤثر إلى موقف يبدو متقلباً يستلزم فيه المريض أن يملك

مهم معده بعضها ليس مرضه ولكنه لا يستطيع قسم أي معلومت جديدة ولو  
 حسب بسيطة وقد حريف مرسة سعادته بين الضمين سعادين بسلامة  
 كوشكوف وغير لصيب وقد كشف دراسة عن اجتماعي نشاط  
 مجموعتين ولكن لا يخاص كان كبر مدى لصيب بسلامة كوشكوف  
 وقد سبب دراسة في الإحصاء من الكحول إن لم يسبب قصوراً في  
 الشهية بل من بعض طء في المص والى من حذاء بيب في حداث آثار  
 سببه مدثرة في المص في أن يترك قصور و المشايير، من هذا جزء من  
 بخصوص بعض عدم

ويكث قد تصامم ذللاً وبما عز كن تلك اندرسات التي يقول إن قليل  
 من الكحول يمدد ليلته مع غير من الكحول يمدد ليلته بر يمد ليلته  
 أيضاً ويش لا يمكن أن يكون من كحول من علاج وليس إندرس

## كلول

مع "كلول" من المعروف أن عاد، وبعض محبياً، وقد حامي بعد أن  
 قدوة زوجته بالذات ثم يقع عن الشرب وقد ظل "كلول" يشرب  
 كحولات حتى مدى ٢٥ عاماً بعد ذلك خلال العشر سنوات الأخيرة  
 وعلى الرغم من أن الشرب لا يمكن أن يترك في عهد في عهد هرة قريبة، لا أن  
 أنه على حبه الأسير كان له بدأ عند سنوات ثم بعد أنضه بدعوى  
 حداثهم للسر، لأنه لا يعرفون متى سيكون الأب محبوباً وكانوا دائماً ما  
 يفتقروا عليه كما كان "كلول" دائم للتشاجر مع زوجته بسبب الشرب، رصيه  
 بالمد في صعد آدم عدة سنوات، وفش الأطباء في إيجاد دواء لعلاج هذا  
 الارتفاع، وقد كان الإسكان جزءاً من مشكلة "كلول" كغيره من المدمنين، حتى  
 أنه لم يجدد، أسره كما وقد أقرت بجزء مسج على المص خجراً من عمية  
 عليه ولكنه وافق على مصرع وعنه، رأى في فكيفي مصاب لني يحدث  
 هو الإندلس والمص، هذا في قسم إجراء مسج لا تصرحني إن كان مخي  
 مني باستقور، كما هو موجود في المصطفاً هنا لا أريد أن أعرف هذا ولكنني  
 قلت له "أفهم بك أن تعرف ولا أن يبقى بيت مع قهنة بد، إن كان فيه  
 ثوب م لا" وقد بد مع "كلول" كغيره من المدمنين خجراً وأكبر من غيره





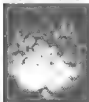
تأثير الكحول - والحق قاصدين و كينما مكيد معمر حسن منسوب



مظهر سطحي ثلاثي الابعاد من عرض لاسطح  
لاحظ الشوب انتشاراً على سطح الخ  
والضمور الذي يسود عليه أثناء الإرضاء



مظهر سطحي ثلاثي الابعاد من عرض لاسطح  
لاحظ انحناء الوجه بعد عدم من الامتلاخ  
من الحبروات



مظهر سطحي ثلاثي الابعاد تجرد السطحي  
لاحظ الشوب انتشاراً على سطح الخ  
والضمور الذي يسود أثناء فترة الإرضاء



مظهر سطحي ثلاثي الابعاد تجرد السطحي  
لاحظ انحناء الوجه بعد عدم من الإلتصاق  
من الحبروات والكحول

### كازين

طلب كازين سدود الكحول عشير غاب من عرفت اليانح ٤٨ من  
بعد مبحث ثلاث مرات وحضعت خمس مرات بمرح معالجة بعد الكحول  
سدود تأثير من لاسية وكنت تشكو من الشعور بالارهاق. ولاكتئاب  
نفسه ولم تكن تشعر براحة دو. سدود الكحول. فما كنت تدري من  
مشاكل كثيرة في محكم في لاسدح. وحسد في يوصف لها سوا كازين بطبيب  
بعصب من يكعب يومين أو ثلاثة رب. من يعمر ذلك كنت سدود دواء شهر  
حلا. أيام هينة واندعش في آخر. من يحزن فحصى مخط. معرفة من ردا كن





## الأميون

يرتبط دماغ "الأميون" أيضاً بحدوث مشاكل كهوية في شقوق الدماغ وأجزاء من نصف المخ رأيتها كل من د. هيرزوغ هو لمبدأ في حدوث بعض منها، وأحد روبرت أسي كرابها في بداية هذا عصر توصلت مدى خطورة دماغ الأميون. واستطاع أطباء من خلال خبرتي "الأميون" واحدة مثل: "بازيل" و"كوبلر" و"اسميرو" و"لديوييد" و"ديريوميرفور" و"هيرشوفن" و"كيسو" و"التيكوير" و"هيرزوغ" بسبب انقطاع الدم في مناطق المخ. ولكن هذه المخدرات تؤدي بشكل كبير إلى الإدمان ويمكن أن تقتضي على بحث من حيث ذلك، وكثيراً ما أستخدم تعبير (تلاشي اسم) في وصف مظهر مخ قد يبرز من خلال صور دراسات SPECT التي تجرى لبعض "الأميون" كما أن تأثيرات أخرى خطيرة على المخ لدى بعض "البيثون" وأحياناً من بعض الميزرين يتم إعتداده "الميثا-ون". ما عداهم على علاج الإدمان وتغيير أديهم لا يتم إلا حصوا على مخدرات بشكل قانوني فلا حاجة لإرتكابهم من م حصوا على ذلك الملام بشرطه، وجميع انتشار الأمراض من الإبر يتونه وعلى الرغم من تعديني بمتعلق من وراء مراكز العلاج، "البيثون" إلا أنني أرى أن أغلب من يفعل شيئاً أفضل من هذا "الميثا-ون" ليعمل مخدرات سودى إلى استمرار تأثيرات المخدرات على المخ وأحياناً لا يستطيع بعض الإقلاع أبداً عن مخدرات.

## نوج

كان "نوج" منتج من العمر ٤٠ عاماً قد أُحيل إلى من قبل طبيب يعمر في إحدى عادات علاج الإدمان في "سن فرانسيسكو"، وقد كان نوج مصنف - "هيرزوغ" وأما ذلك مع سموات بسوء حرفة داعمة من "البيثون"، واستمر حاله "نوج" في عدهور إلى الرغم من العلاج، وبما أن طبيبه هذا فعله "البيثون" طوال سبع سنوات في مخ "نوج"، وكان يتردد إلى بعضه من لدوله، ولكن "نوج" كان يصاب بالمرض من الكثير في هذا كما كان هناك عنصر من فريق العلاج، وقد أوضح صور مرضه SPECT وهو - بحواس كثيرة في مناطق المخ بأنفسه. وعندما عرضت على "نوج" صور بيده تغيرت موقفه تمام من "البيثون".

قال "ريد آل فيج" عد هذا - ولا تسمى شيء من مطي وحبر انقو  
 مروج وطريق علاج على مريضة مباحة من مدول الأفيون صلات وسدح  
 يقدم جديد علاج لآلام بشكل سريع ذات جمة "Yale" بوصفه. وقد  
 نجح هذا سطر عي "دوج" واستمع أن يخصص من إنسان الحدرات

لتأثير الميجرون والقياس على منقح



مدطر مطي ثلاثي الأبعاد من أعلى الأسفل  
 لأحد ثوب البشعة الكبيرة عبر سطح الخ

### الغلب الهندي

مدول عبد امر شائع بين الأمريكيين، وشعر الإحصاءات، و أن هناك  
 ٦٧٤ مليون أمريكي همو لدول الغلب. منهم ١٩٢ مليون في العام الماضي  
 ٩١٥ مليار شهر ماضي. ويعتقد الكثير من براهين واستجاب أن غلب من  
 على رغم من أن هناك مرات عديدة أثبت أن لإسراف في تدويه و تدوله  
 همو هوية به "أمرار" الاجتماعية وعرفيه والعامة ويصل العديد من  
 جاشور عبد على أنه مخدر أذا من حيث اثبت إحدى الدراسات أن  
 ٩٨ من مدمني الكوكايين بدأوا عالم الأعمال بعبء، ولكن على الرغم من هذه  
 مراتب إلا أن هذا جدلاً في لإساءة الصحة وبين لعامة حول ما إذا  
 لغلب صار دلاً وقد من موضوع صماء شرعيه على لقب موضوع سياسي  
 جندعي على مدى مدة عقود

رسمي لأعجب من مواقف اللامبالاة لدى سبهاء الحكومه تجاه تدول  
 لغلب فعلى إلايه "كيجورنيا" التي أخصي بها حشرت قانون عام ١٩٩٦  
 يحظر استلحاء نفس كدونه. وأعتقد أن الكثيرين قد أسبقو فهم "قانون ٦١٥"







والشكلة الموحدة التي ظهرت لدى مجموعة محكم من صانعي تصور  
 لآلئيه كان الاندلس بشدة فشرة مقدم العصر الجوهري لدى لآلئيه شد من  
 من شدة المجموعة الفشرة قد يحصل نشاط فشرة مقدم العصر الجوهري  
 لدى ٢٥ من ٣٠ شخص من ١٠٠ كثر في مجموعته وهي لآلئيه صانعي  
 تصور لآلئيه، وهو ما يعده ١٨٣ وهي نفس نسبة مجموعته (تحكم تقريباً)،  
 لكن الاندلس كان قد حدد لدى المجموعة شدة كذا ظهر بحدوث في  
 تصور صانعي لدى ٢٤ من مجموعته مدني السبب المصيرين تصور لآلئيه،  
 حبه منهم ٦٦ كان الاندلس لديهم شديد وسعة منهم (٢٩)، كان  
 الاندلس لديهم متوسطاً، وثالثاً عشر منهم (٥٠) كان الاندلس لديهم  
 معدلاً وقد ظهر الاندلس حدد ولتوسط لدى سواهم في جدول استيف  
 بحيث يرمز بحدوثهم عن أربع مرات أسبوعياً خلال العام سائراً ولكن ليس  
 بصورة لدى امر بصورة فترات طويلة ولكن في مدة ترمية في العصور  
 الصدقية قد ظهر لدى مراهق كان يعطى انصب بشكل يومي على مدار سبعة  
 كان ظهرت حرص انصب انصب لدى أربعة، وهذه الأثر من هي انصب  
 لها في الاندلس وادعية، ولطالما وكثروا يدعون من ظهر في مرمية في  
 العصور القصيرة ثلاثة منهم كان الاندلس لديهم حداداً ووجد كان  
 مظهره متوسط

ولتو هذا السبب مع انصب سبقة التي وضحت في التعاطي  
 يذكر بصورة طويلة يمكن ان يودي من تعبير بعد مرمية في الح وإذا كانت  
 انصب لآلئيه قد أوضح وجود الاندلس شامل بشدة الح. قد كشفت  
 مدني من وجود الاندلس مؤري في العصور الصدقية ويرجع هذا إلى  
 عدم تطور الاندلس من قالب تستخدم في الماضي، ويربط الحس في نشاط  
 العصور الصدقية بعد ذلك يتعلق بذاكرة والتعلم والذاكرة وهي لآلئيه التي  
 يشكو من مزاجين و (وهم) وادعون انهم يدعون انصب بشكل مدني ما  
 عزم مدني لآلئيه، بلالاه قد لدى لآلئيه انصب لآلئيه  
 لآلئيه. هذه لآلئيه بالآلئيه قد لآلئيه مدني لآلئيه لآلئيه الأساسي  
 فهو هو مدني سبب مرمية مرمية وقد كان من بين المشاركين في مرمية

من هن ذر يساوي نصف يومياً على مدر سبعين، وهذا المراقب كان الخطأ من  
نصف النصف المسمى لديه واحد من الانحدارات الأكثر حداً، وكان يعاني من  
مراحل انعدام الدافعية من أي إلى تسويحه من بداية وهو في حركته  
ذاتية

تأثير المستشفيات على اسم



مقرر سطحي ثلاثي الأبعاد من أحسن لاسيس

لاحظ الثغور الكبيرة في الشطوط سطح الخ

### المستشفيات

ومستشفيات أيب من بين أنواع الحفرة التي يؤدي إحداه إلى خطر  
شبهه وهو أنه مستشفيات المعززين سائل الصحيح، مرققات شعرات  
وسوائل الأشغال، وانفراد وفات مرة عالجه طفلاً في الرابطة من عمرو كن  
بدون المستشفيات وقد أخبرني ما أنه كان يور يور، ويسرع عند البصر  
من جواره العشب ويضع قدمه فوق فتحة البصر، ويأخذ يد عميقا حتى  
يصل يأسكر من راحة وأخبرني ما به كان يستشع نواك عديدة، وكان  
حشاشي مع الناس في الهدية تلة في حجرة الحب حيث كان يسرع فيه لشط  
سرع ومهبط بحر في حلمه كان هذا الطفل يجري نحو هائل فلام تنمحيح،  
يسرع عند حيا ويضع قدم بالقرب من أفع، ثم يستشع بفق، وبعد ذلك  
كان يبعث يد به عريضة وكما يقول "نه لشعور مع"

ويعم معالجه هذه المستشفيات في سطح بشكر مباشر ومن الممكن أن تسبب  
نه سطح ورشير، ولكن هذه مستشفيات خطيرة، فمعظم المستشفيات

و يبيت بعض على توسيع الأرحية سموه على الذي القصير ولكن تدوب هذه  
 مود تدرب طويلة عاليا ما يؤذي أو يخفف شديد في تدوي الدم ليمح  
 وصور امح سابقه تعرض مخ مريض يبيع من حمى ٤٩ عاف ظل يتناول  
 "تسببها على مدى ١٢ عام" وهذا التأثير الذي يظهر على سطح يشبه به حد  
 كبير تأثير كوكيبين والليثا أفتايم.

### الكافيين و النيكوتين

هذا من مدافونه قد يوجد الكثير يشعرون بعدم راحة وحق  
 على ما قوله قد راه في لاجت بشورة تشبه به في تناول الكافيين حتى  
 ولو كان بجرعات قليلة يودي بشكل كبير إلى نقص الأرحية لادوية في الخ  
 من نفس من شفق الدم في الخ وهذا هو ما كبره في جزئي حيث تصبح في  
 به كد في مدونه من الكافيين قل يشبه الخ (ويوجد الكثير في اليهود  
 والشبي ويعد الصود وشمكولاه، واندريد من الأرويه ابارده) ويستخدم  
 الكثير من مدرج واحدة مرضي قصور الانبساط الكافيين كمنبه للمخ فيه  
 يستعملونه ليدفعهم على الشروع في عملهم والاسمرار فيها ومشكلة  
 الكافيين أنه على رغم من فائده على لدى انقصير إلا أنه على الذي ابعيد  
 يجمع الأمور مرداء سوء لأنه يزيد من احتباس شدة الخ ثم تجد نفسك  
 مضطرب بعلاج هذه الاضطراب من خلال تدوب لمزيد منه مما يزيد من الوضع  
 اسوأ خذ الخ وتدوب الكافيين بشكل منظم قد لا يضر مشكلة كبيرة، أب  
 مشكلة الضمير في الخ في تناوله (أكثر من ثلاثة أكواب من لقهوة يومياً)  
 وأزيد من تجنب تدوب الكافيين بهذا القدر لحفظ على صحة الخ واجدين  
 ماثر هذا التدوب مسموم الخ مثل Ritalin أو Adderall بجرعات  
 علاجية بعض هم بغير شدة الخ من انصاف بغير لانتباه وخر أن يهت  
 سبب كافي للافراز عن تدخين وسبب بحاجة سبب آخر ولكنني أقول لك  
 من خلال خبرتي مع الخ أن شدة من حيث لا متفاداة بصوى فعيت  
 أن يتوقف عن التدخين و لكن قد يكون على مدى انقصير يزيد من تدفق  
 الدم إلى الخ لا أنه على مدى جيد يودي به بعض وصح في شدة الخ  
 بشكل سوء







باعتبارها، فذلك هو كله. ومن خلال هذه الصور يوضح في كتابه الآثار الجديدة

في

- الخ. طبيعي يكون مجلس ومجلسك، ومفتوح
- مع مدور انهيروين يظهر فيه "جرو" كثيرة يحدق فيها مشاهد
- مع مدور الكوكبين يظهر فيه عدة ثغوب صغيرة في قشره مع
- مع مدور الكحول يبدو مدور
- مع مدور ثغوب يبدو ذلك آخره مما لم يأت في حيزه في منطقة
- أعصر الصدغي الذي يعتبر مركز لغة وتعد
- والرؤية هذه صور جدر في العديد من جدر في مدور مدور مدور
- و تدور المدور. فهم يرون أن تكون لديهم القدرة على استخدام مع كمال
- ومسحاً مثلثاً بأشوب" وهذا على حد قول أحد الراسي الذي يبلغ من عمر
- ٩٠ عاماً عندما كان صور مدور مدور مدور في مصحة لأحداث بسبب
- مدور مدور

وهي تستخدم صور الخ. يوحى في غربي مع تدوير وخاصة مع حرقير  
و مدور في مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور  
أو مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور  
الكثير من مدور

والاحتياط الذي فاعله هذا، حتى أنه رجاء استقبال شارك فيه مائة شخص  
مؤسسة هذا هو ١٢ ١٢ سنة، وقد أشار به يريد على ٥٠ / من  
الركن في مدور مدور مدور المدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور  
تصنيفاً هذه المدور

ثم يكن في فكرة أن التنب مدور مدور مدور مدور مدور مدور  
مدور مدور في كديف مدور

في المدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور

المدور مدور تأثيراً خاصاً على مدور

مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور

"إن كانت هذه المدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور مدور

لم يخبرني أحد في مدرسة عن هذا ولكن ما قالوه إنه لا يأتي في  
مستحدث من شخص ما، وهو ما يؤيدني عليه وحده.

ويوجد هذا عضو في قيد بريرة عن مائة سجد وسات مدرس  
في مستشفى، ومراكز علاج الإيدز المنتشرة في أنحاء البلاد وقد قامت بحكمته  
لجديته في "كيف لاند" بشره ٦٠٠ ملحق لإعطاء الأشخاص الذين هم  
مختصينهم. وقد تم استحقاقه في كان بحجة في رغبة ليس بالثقل  
خلفه بآيدين

ويريد من بصوبات عن هذا ملحق أنص في ٧٠٧-١٢٩-٧١٨١

أو أرسل لي خطاباً على عنوان التالي

350 chad bourne Road, Fairfield CA 94585

www.amenc.nic.com أو غير الإنترنت غير



استخدم الحشرات وخاصة النحور، والكلاب، والوثائق،  
والمستعبدات، والاستيرادات، لتبين في كثير من الأحيان  
عنصري

٢. ويصدر هذا بشكل خاص عندما يكون ضعف المدس أساسه وجود  
سوء في مجال كذا يكون هناك مجموعة من المشاكل في فترة  
بعضة العصر الحديث، ووجود الطرق والوسائل الحديثة  
والجهاز التطوي (المعد للخدمة)

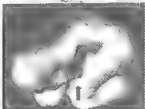
### جواب

جواب: هو مفهوم يتبع من فهم ٩٠ عام، ويستخدم بدءاً من ١٩٠٠  
في "جواب" تاريخ طويل من الزمن. النحور، والعنف ضد كل شيء  
معها، وخاصة في حالة - روحية، التي ستسبب بعض عدم الراحة أو  
شيء من سوء الفهم عند ٩٠ في العشرين في القرن، وهذه المصنوعة  
كانت تحدث في "جواب" وهو ينظر في جميع القضايا في نفس الوقت  
التي، ولستين، وبعد لفظة صوت حالة نفس، سبب عشر، يوم، وأمره  
بأن يجرى. SPECT كجزء من عمله، وقد أوضحت  
الدراسة وجود. الخدش في أنظمة حديثة، حيثها، مع جهة أخرى، وهو  
يرجع في بعض إلى أنه سابقة في زمن، وعدم شأنه، السبب من ذلك  
صعب من قبل في "جواب" بـ ٩٠ في العشرين من القرن، كان  
في ناحية من قديمه، يمكن به مرة واحدة، التي توضح تعريفات العامة  
من حيث، وخرج "جواب" من "جواب" لتظهر فيه، في بعض  
الأسئلة، مع عمله، وقد الوعي عدة أشخاص، وبعد هذه الحالة، إذا ما  
عند ٩٠ في القرن، ومن بين هؤلاء، حيثها، في بعض  
النحور، ولكن لم يكن أي منهم، سبب، عند ٩٠

وبنظر إلى موقع بحث في شاهد المخ، وليس في الجواب، مدعي  
بجبهة، فيمكن في كل من الزوايا، يظهر لدى "جواب" صوت عنصري، وقد  
من ذلك، النحور، في هذا السبب، في حين أنه لم يكن في سبب، عند ٩٠

في إحيائه ولو أن 'جون' رأى وفهم صور محله في وقت مبكر، لشكر من طلب  
مساعدة وحمى أسرته مع نصيحتها

مع 'جون'



مظهر سطحي ثلاثي الأبعاد للجانب الأيسر

أحد محاور الشاذ في المسح السطحية والجبهة اليسرى

٢ تنازل مخسرت أو انكحول قد يضعف التوافق السبئية للعين مما  
يريد من اهتمامه السلوك تعديلي

### نرألي

كان . . دلي' يعاني من اضطراب في الصور الالبية والنشاط يفرط بالإضافة  
إلى إضطراب في السمع يفسدني لأيسر وتشخيص من خلال استومات موجبات  
التي . . وذلك عندما كان عمره ١٤ عاماً، وقبل ذلك زمن بداية مرحلة  
الابتدائية وحمى نهاية المرحلة (الهنددية) كان قد طرد من ١١ مدرسة نشاهد  
منه حزن عميق، كما أنه كثير السعال وكما ذكره في خلال هذه الفترة في  
مدونته 'شجون' والسعال، وقد سبب بشكر كبير عندما وصفت له  
مخدرات صرف ٥٠ فيجوز ثلاث مرات يومياً، حيث تحسن مسودته في الفترة  
التي . . هذه الداء . . يتقدم في حضور المدرسة، ولم يعد يصاب بنوبات  
عصبانية، وقد سعدت جدته . . من كان يعيش معها) ومدرستوه بهذا التقدم، ولكن  
في ١٦ . . . . . الأروية، وقد إن هذا يجعله يشعر بالعبء والاختلاف من  
الآخرين، حتى نرى من أن هذه الأروية قد ساعدته كثيراً، حيث أن مسودته  
في . . في مدونته 'الأروية' نرى 'دلي' من أنه قد نفسه أن يتوافق بعد ذلك مع  
حسبه بخاصة مرة أخرى، كما . . تنازل سكحول وعصب وقت فيه كان





لدراسة الثالثة عند أخريف لـ "بروني" بعد ساعة من تداويه ١٥ جرعة من Ritalin وقد أوصفت هذه الجرعة زيادة ملحوظة في نشاط عضلة البص  
جسدي والعضلات المساعدة. يرى أن لا فرق هناك انحصار سمطي في البص  
منطقي لأهم

وأنه كان وصف واضح "بروني" في سيرة سعد، وأنبأه بعد ذكر  
أدبيته وفكره لسوكرية طوية متى وربما تكون أبو. اني ك. يتعداها  
ل. دت من انحدار ثلثا قشرة مقدمة بصر الجبهي والمغوص الصدغية مما  
اصعب من القدرات السعوية، وأنبأه بصر للبول العذوية، وقد كان من  
لمنكر بحسب صراف برون في الحزم لو أنه وجد من يشرح له مشاكل الأيض  
اسي كسب لمصيه له هو فيه، وبعد به علاجاً بسيطاً لمعالجة الأمور  
بحسبه انتقد ضرورة لادب. لا لبس كـ برونلي "بندول" وعين  
من لا به Cylert وقد سبه سمخ مثل Rita, n و Depakote ولم يطم  
من "برونلي" أي بوبت عدو به على مدى عامين ادخيل

٣. حيات من يستخدم الحشرات والكحول علاج مشاكل الح

### لمسة للعذوية

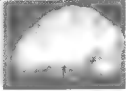
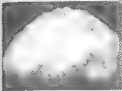
يروي بعد من عشرين من مرض نفسة ثلثه وبصر بعد  
بعضه سمو. بعده بعد يكون وسبه علاج يمكن حصلة و البصيه  
سبه مثل لا شهاب و حرمه سبع وشعبه بعد لصدة وثقو  
وحسب سنوك العزومي

### رسمي

بيع "اسمي" من العمر ٩٨ عاماً، وكان به ساء قد جدا به لي بسبب  
بماه لشديد ألبثا بعد حين متى عمر حياته فقد كان نام استقل بين  
الصف قد ك. بصره حديقه روقين فيه بيع عرب بقمه جهده  
والعقد، كما ك. بصره بقوة مع به غير يوجد به بها شهوا ماعنه  
كـ عس في بصره بصره لا مـ وقد بصره البصير البصير في بصره  
الحير ولده به بال بصره البصير "الحب البصير" بصره بتركاة حتى سمو حاله  
و بصره حير بصره بصره هو البصيرة، كان واد به بصره بصره

منه فورا ، يحدد سببا آخر غير ناجز، لأسلوب الحب لاسي وعنده  
جاسي رستي بولغيت

نوع رستي

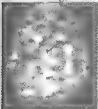


مظهر جاسي ثلاثي الابعاد، نشاط ادم  
واشياء نداء - رستي جملة كبيرة من  
نقطة معينة (ميد)

مظهر جاسي ثلاثي الابعاد، نشاط  
ادم، كذا رستي من الحواس، هناك  
مخبر، واضح في العنصر الجاسي (الاسر)

يبدو العنصر الجاسي (الاسر) جديداً بشكل

نوع رستي



مظهر ثلاثي الابعاد، نشاط الجزء العنصري  
لاحتط النشاط الواضح في العنصر العنصري (الاسر)  
العميق (الاسر)

مظهر جاسي ثلاثي الابعاد، من العنصر الاسر  
لاحتط، حقوق، كذا رستي في العنصر ادم

نكون لدية بشكل في ادم هي سبب ليد يعرض به وقت، رستي  
هنا لا يعتقد عدم استجابته للملاحظات، سبب به وفت مع ولدي "رستي"  
سبي جزء بركة SPECT، كذا بول، جدي، لا، و صبح ايزم بدي جمع  
جرواها، الى صبح، جدي، لاجز، به جاسي، في العنصر، كذا  
سبب، جرواها، كبير، من ليد، ليد، في شلة، سبب، وقد أحمر، من سبب  
جدي، كذا، به، لاسي، سبب، في صبح، جروا، دراسة، و، به،



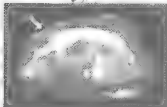
هو الأساس السامية مشكلة "رسمي" وهو بحسب حركي كانت وسيله علاج من خلال مسخدم هذا العلاج هناك اوهض والاشكر فيه بصورة واحدة معادل منه نفس والى ما يستمد هذا النوع من المعلومات من خلال صور المرضى من بعد حصول بحرية نحو الإقلاع عن العذرت. وقد جمدى هذا مسائل عن هذا العهد يظهر من الأشخص من بينهم مشاكل بمر حدة لا تمتدحوب للعلاج ويحتمل هم معالجة بعضهم بمعالجة السبب رئيسي في هذا مشاكل، في حين يظهر بعد اسره ومخضع عن بعد شخصه في زيادة. وعلى بهم يمدونه من غيبوب حالاته. ولم يكن المطلوب بحسب السبب مبيحة تعد مع سر

١. مشاكل تجهار الطوقى مع مشاكل فتره معدمه لغز احببى  
والغز الصغى من ممكن أن توجد لإدخال حقا، وجعل لواقف الذي سطوى  
على عدوانيه تردد خراوة

دكرم من لى ن. حيدر الطوقى هو مسئول عن تحويل الانتباه وعن  
مروءة لغزبه وبما يريد شدة من جزء من حد الطبيعي لى هذا قد  
يجعل الشخص يحس نفسه داخل أفكار وسلوكيات سلبية

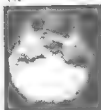
جزري

من جزري

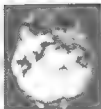


منظر جاسمى ثلاثى الأبعاد نشاط الخ

نشاط الريادة المتحولة في نشاط الجهد الطوقى (المسهم)



صغير من نوع ثلاثي الأبعاد الحجر المسلي  
وعند استكشافه لاحظنا أن الحجر المسلي في  
شدة السطح بعمق الفهم الجيني



صغير من نوع ثلاثي الأبعاد الحجر المسلي  
لأنه "مركب" لاحظنا أن الحجر المسلي في  
شدة السطح بعمق الفهم الجيني والخص  
الخصي

يتميز حركته من بعد ٦ دما وقد عمو بأحدى خصائصه. وقد  
فهم عليه، ولهم بالشرح في القليل بعد قام هو وعصو آخر في عصابته بصرف  
عروض على وشك حتى أن بعض الأعداء استخدموا لآخر شعر  
بها وابتعدت عنها عندما كان تحت تأثير الحذرات (الكحول والخبز) اقتراب  
أشبه من صبي يسير معطى حجر ويتجول مشيا مع كده وسألا هو بعضية  
لبي ينتمي إليه وعمد قال صبي إنه لا يفهم شيئا مما يقولونه. رد عليه  
جاءه قائلا "أجابه حذرة" وشرح الناس في نبرته حتى قد نوعي، وقد قام  
بعض الآخرون من بعضية بترجمة عن الصبي، لأنه كان إذا شرب في شرب لا  
يتوقف. وذلك حتى أن يومه لسر في بعض صبي

وقد امر بعضي عدم دخول بعض نفس بعض على حركته وذلك  
بأنه قد يعثر ما حسن وإليهم في بعض خصبي، ومن عراض الخطر  
فهم بعضه ولشدة العرق وعندما بدأنا في عصابته من صعوبات في  
عدم مطلب الطبيب الصبي جاءه سلمه من سبب SPECT أشد نسكن  
في ذلك الوقت بلشدة بعد وقد ظهر في بعض وجود انخفاض ملحوظ في  
سبب بعضه حوالي وهو ما يفسر مشاكل تحول الانتباه لدى حركته وقد  
مهدت عصابته في اجراء على حركته عند استكشاف وجود انخفاض يسوده في  
بعد شدة شدة العرق الجيني ما عند تركيز عند كده عند بخصائص

محتفظ في شدة مشقة معينة بعض الجنبين والعرض الصعبة، وهو د يصر  
 صرنا في صور لا تلبث، واستطاعت المرح ومشاكن تكتم والبول العذبة لديه  
 وه. من حورى يعانى فترة طويلة من مشاكل في بحوس لا يتبدد، وكثير  
 لاخروب يصعب منه كثير ناس ولاجذب ولاعتز به، ويقول عنه وانه " ه  
 " - يفتح شيء - حتى يتحدث عنه مرة مرة الأخرى ، وأثناء فترة بعض كـ  
 حدود Zoofit وهو " ه - بعد لاكتساب بعض من ثلثه بجهاز احوالي ،  
 ده جعله يشعر بالثقة والتركيز ، وأصبح يتحدث في قصيدة  
 ه - اصر انكحوا ، وانكحرات ه يؤدي ن اخذ قراوات غير سليمة نو  
 ن - سوكيت استقر ربه يفتح نصح ن شخص في مواقف معينة .خطوة

كـ : هـ ما قد يؤدي إلى إصعاف فترة شخص على الرغم انفق لدى  
 حضور ، يوافق حيث نرد - حصرية سوب موصي به شخصين ي على  
 حد هدف يكون محب دشر محبو ونس في أمني مستوف لدى شخصين غير  
 مبينين

### جوناثان وكارول

جوناثان " كرو" هـ زوج من على رواجيت عدلين ، وقد كانا  
 مومنين وم يكر عبيد أصعب بخلاده ك يشرب بصر بهد ، لإخفاه إلى  
 - جوناثان ك يعطو عاب ويكوكبير من ان الآخر وقد كر زوجين  
 - هي شخص مع بعضه على مو ، ناهب في هـ لأحوال ، وقد شخص  
 به - يشد شارب مو مو ب ثقب ما يجد جوناثان بعام مع بعض وقد  
 ن لإدخال الحشر وكحول دور في جعل مشكلهما تتقدم رجعت ه ، فـ  
 جبر - باستدعاء الشرطة جعل هرب بسبب لشجارت انواجين وخطاب آخر  
 من - فبش على جوناثان يقوم بصرب راجيه وعندها كان جوناثان في مرحلة  
 انمو ك - يعانى من مشاكل في إدوية بسبب سوكيت العدواني وبعبه من  
 صعوبات في تعيم ن شارب هـ مشد في بيت هـ وكيف تعام من  
 ناس دورى ، ككتاب - وقد أصبح من خلال علاج نفسي نارب ن لإدخال  
 ن - صاعق هـ هـ - هـ ، نكاتب هـ جهنم كثير موب و ستر

وحصل كل من جودار وكايزا خراساني SPECT وحده أثناء استكون  
 ، جرى عند التركيز وراثي كجزء من عملية فحص في روجير بحثهم  
 ظهرت رسة جودار وجود انخفاض في نشاط فحص لصدفي الأيسر عند  
 بشارة وانخفاض حاد في نشاط قشر. بعدة الفحص للجبهية أثناء التركيز وهو  
 ، استمر في يعاني منه من اضطراب في الصور لانتباه ونشاط الحركة والصواعية  
 ، اضطرابات التعلم، وقد وضحت الدراسات التي حولت علم نوروجين وجود  
 جدار وصح في مستوى الصدفي بعنفي وهو قد يعبر مشاكل بحول الانتباه  
 والاعلان حول الأفكار و اضطرابات اسلوبه

وقد كانت نتائج سني ظهوره مرادف SPECT بالإضافة إلى علاج  
 فيمكن مروجين مصدر غول كبير في علاجهم بالإضافة إلى الاستدرة  
 بحياة بروجين علاج لا بد ان يكون يخلص في نوروجين وصف جودار  
 Depakote حصد منه فحص لصدفي الأيسر و Dexedrine طوبى  
 بعموم. علاج الانتباه وأمر من الصور لانتباه ونشاط الحركة في كور بعد  
 وصف له Zovolt. لعلاج التركيز ترك ولاكتئاب وحلله بعد علاج  
 بحسب علاقه ويبدو بشكل كبير، ولم يعد يحدث في جوانب غير نوره

### استراتيجيات التعامل الفعال مع الأزمات والعنف

قد نجد بعض الناس على منصفه لوقته دون حسن ظني في مع  
 سوا عدواني والإساءة بلفظ قد يجد من عدم وضع استراتيجيات  
 ، من أكثر فاعلية في التعامل مع هذه الحالة بحكمة وهدوء على سبيل  
 هذه الاقتراحات

١. مع شعرا به بداخله قد نشعر في منصفه رجزه حسن وظني في  
 مع بناء منصفه المتحيز والعلاج بتقييم الأداء وظني بلح من خلال  
 ، مع التمييز، ولاخيارات استجابة ومرادف تصوير الخ منطوية  
 مع الحاجة يجب من تصدي مستطير سبيل لتدوير سكر لعدول  
 ، من بعد مع الأشعة من عدم بين وتدوين معرفة ما إذا كان قد  
 مرضو (إصابات الرأس من قبل، وذلك لأن هذه الإصابة ستحتي ولو  
 ، من يستند يمكن أن تثير ميولا عدوانية وخاصة عندما تكون في

صعوبة معينة يسرى وهذه الحالات يمكن أن تعالج من يدعي أن  
بعض

٣ قد من مظهر من الأشخاص بعدو لهم في غير معرفة الانعزال معصية  
ومعصية التي تسهم في حواء يعانون منه من مشاكل أو تزيد سوءاً  
مثل اضطراب الصور الذاتية بصحوب بشتا سرط والاضطراب  
شخصي وصعوبات التعلم والحنس والظهي في بعض صمعي الخ.  
وقد تمت محكمة بحدوث في ولاية "نيويورك" برئاسة القاضي "موريس  
أديس" بدمار مع جميع أطراف المعصية في وقتي بوضع برامج  
محددة مع كل من في المرحلة معرفة ما إذا كان قد انشغل لاسبه و  
تعلوه بمرور الوقت ثبت من خلال صور وجود خصص كبير للإصابة  
بعدة اضطرابات بله خضوع لعملة لبرامج "ممارات الحيات" ولي  
يستمر مدة ١٠ سنوات بدلاً من ٥ على أن يكون أكثر لمصية في  
تدوين مع مشاكله وقد أدى هذا إلى خفض نسبة الانتكاسية لدى هؤلاء  
بمعدل نسبة ٤

٤ لا تحجز من بدون أدوية لعلاج لشدة النفسية والعبية إذ كانت  
بصحية نصف أو دمار أو سوء انفعال دمار ف يستعد على جعل برامج  
أدوية نصف وبرنامج علاج الإنسان أكثر فعليه ومع هذا استطاع هؤلاء  
حداً بحدود ٢٠ في المائة من هذه البرامج يتجنب استخدام الأدوية بما  
يجب أن يعرف بغير بغير عدد لمعكرو في سائر هذه الأدوية وهذا  
نوعاً من سائر نصف المعصية علاج في من حتماً سيكس  
شخصين

٥ قد في تعرف على كل شخص ببرنامج ف بغير يوم فصد في وجودهم  
فقد ببرنامج نصف دمار و نسبت مشاكلهم نصف معصية  
وهم . هذا ببرنامج صغير جداً، وشخصي أكاديمي صغير في  
معدل من نصف ببرنامج بروت حاد أو تصريف بشخص صغير  
نسبت إجابهم و نسبت وجود سائر في مع نصف أكثر ب



شخص مصابة بمرض نفسي حديث النشأة، ويمكن أن يكون علاج تلك  
مشاكل أساسية ناتجة عن وجود شخص صحي بجزء مريض آخرى.

٦. خلال علاج مجموعة من هؤلاء المرضى، SPECT وسائل تشخيص  
مساعدة أكثر من تكشف عن معلومات يمكن إثباتها من قبل. ومن خلال  
تجريبي يمكن أن نستفيد من فوائد SPECT بأكثر من طريقة.

• من خلال توضيح من تحدثت عليّ مع المرضى، هذا يعبر

عن انصياعهم لتوجيه العلاج من خلال الكشف عن إصابات

أكثر من السابقة، مما قد يكون السبب في عدم تعافي من المرض.

• من خلال مساعدة الطبيب على اختيار الأدوية المناسبة مع

ذلك الأدوية المضادة للتشنج لعلاج مشاكل بعض المرضى.

والأدوية استهروموجية "علاج زيادة نشاط الجهاز العصبي

الاجتماعي، والأدوية المضادة لعلاج انخفاض نشاط الغدة

الغدة الجذرية. ودراسة SPECT ليست حتمية في صندوق.

ولأنه من بعد علاج هذه الأمراض، الموضوع الإكلينيكي

• من خلال مساعدة الأطباء الأسرة وغيرهم (بعضهم صيد

مراقبه، إلخ) على معرفة الجانب النفسي في شخص، مع

بجمعهم يشجعون على العلاج المناسب وكما شخص منا يوجد

في حالة صعبة صيد صعب من خلال الكثير من العوامل

من حيث مثل ذلك، وظرفي مع عوامل وراثية عوامل

ذهنية عوامل نفسي وخطية، وصحة عامة وصحة

مع واستقرار ذلك في بعض الأحيان، واللور الحديثة وهذه

العوامل والتغيرات المتعددة، والتي تختلف من شخص لآخر.

له تشخيص وتشخيص معالجات الشخص لتعويض عن توازنه

١. دور - حتى مع أدنى يوصي به الطبيب معالج - له تأثير على

صحة الفرد، وذلك إما بزيادة أو نقصان استقامتها تجاه أي حالة وتشأ رحمة

الصدق من الاستجابة، فربما لنجاح تجدد شعيرة الشخصية التي تسبب لها

تغييرية يؤدي لتغير - قصير - لأجل لفافة وقصيرة لأجل وصومية



## أحبك وأكرهك

المسي، لا، لا تفعل، أيا كانت الظروف

## أعطاء الملح

جريت خلال السنوات الثماني السابقة سبعة من دورات

عني روح يعاون من مشك في علاقتهم. وقد أصابني القشع بالعدسة  
وعبر بعدا تشعب لي ب لم أكر عرفت من قبل. وأصبحت حر الآن في  
الروح في علاقات بين لأروح بمشاور جديد بعدة أن العلاقة بين أروح  
بمختلفة فيهم تعني و اختلاف نمط لم لدى أروحين و تركب ر نفس بعض  
بمختلف أروحين يرجع من مشك في لم لا علاقة بها بشخصية أو حرة  
أزبد و أروحية نشتر بها نفس بسبب عوالم خارج نطاق الوعي. من  
أخرج هذه اللاوعي بها. وأحيانا ب يكون تبادل دور بينه هو لبعض أرواح  
أ حث أروحين أو كراهتهم لبعضها. وفي بعضهم قد و علاقتهم. وفي حل  
بمختلفة بشكرك بعد أو دخول في مغرب فصية طويلة

وعمم أن كثيرين وخاصة مستشاري لأروح لبعضهم سوف يظنوا أن  
أرواح لأروحة ب هذا فصل على بها بصفة وأبدا خروج من أرواح.  
وإن رحمتهم هي لا أعرف أي سبب علاج نفسي رجعي و سبب بهذه كثيرا  
بهمه وصف لم لدى أرواح بعضهم و هي ألسن كيف يمكن وضع  
أرواح و سبب حو. العلاقة لتبني أو غير انوية بين أروحين دور سحر  
للمسح ب أخطو يدي يتحكه في سلكوك؟ وأما أرواح بعضهم محصورين لأن  
أرواحا يوماً و يوم، عندما يرأون هذا النفس سيصرفون بها فيه من  
جديد و من ر بعدة ذلك على ب يصرو نظرة جديدة خلال فصية  
ب من خلال مفهوم الملح. وابتصر لروحة في هذا لبعض أرواح بعضهم. وإن  
ب شخص ما ب من علم شخصية مرضي حدفا على الخصوصيه ولكن  
مشاكل و تعبه وأخضعه المعونة في فهم اختلاف لأرواح غالبا ب تكون مع

## مدريك و جيري (السميات للعلاقة بين الزوج والروحية)

في "مدريك" و "جيري" تحت علاج انكساري ربي سواب - قبل أن يحب إلى وفات معاجمهم و سمعت إحدى محاضراتي التي أعيدت في مدينتهم وبعد محاضرة انصاف مشرفة بعيد و جيري ، و طلبت منهم أن يحصلوا على موعد زمني ، وذلك . أنصاف يا مدريك ن عيب أولاً ن نعالج بعض المشاكل البيولوجية في لمح حصر بحرق بعد في العلاج وقد خاضعت مشكراً علاقة بين الزوجين و معظم فترات حبسهم الزوجية . حتى أنك حين وسمي بلغت ثني عشر عاماً فالتحدي كان من موهباً بيبي و مدريك لم علاقتهم حرج طويلاً الزوجية و كان يحسناً مدريك مع زوجته و كان بعض ساعات طويلة جداً مشراً بعد كدهه أن جيري فكك فيهم نوعه للاكتئاب و كانت حريمه من هذا الصرح الذي يقيد علاقتهم و من روست هذا الصرح على علاقتهم و كانت معاجمهم قد جربت كل الوسائل التي يعرفها من إيه عيب بحضور مؤتمر عن الزواج الذين لا يستجيبون لعلاج انكساري وذلك معاً لايجاد وسيلة علاج مدريك و جيري . ولكن النتيجة كانت محبطة حيث إيه لم يصب حظوظ في العلاج

عندما تمكنت بعد فترة الأولى . كان تركيزي الأساسي على مدريك ، حيث عثرته بالرجحة السبب في فشل علاقته و كانت تشعر ن علاجه سيحدث تقدم في علاقته و كان مدريك يعني من صطوب تصور لآسيبه مع جيري نجاة في دراسة نوع مستوى كما قال عجولاً مستملاً سريع شمس . غير مستطرد لاأخذه في أنه كان مشغولاً كذا كذا بعد صعوبة في الإنصات لجيري و كانت علاقته حقا حقا نظرياً الزوجية راحة عن مدريك و ليس محبط و عاباً ما كان يحتاج لأمور و تعيداته مدريك وقد ظهرت خلاف الحب الأول مع زوجيه ن جيري دوراً في اختلاف قائم بينهم ، وذلك من خلال شكوك مدريك : متكررة حتى من الأمور القهية و جيري قد كانت مدريك بعد ، ثم و ان لم يمر الأمور كذا تريد ، أرمي ، تقو ساعات

والزمن ن قوم بتصوير مع كذا معهما يتصلح بي و جيري و بعد من ملحوظ في عشر . سمعته عن أجبهي الذي عاب ، وهو مدريك أعز من الجرب تصور

بعداً من بحسبه ان "جيري" فقد كانت هناك زيادة ملحوظة في نشاط شعريه انطوي وهو من عصر التكوينها بمرط غني بمصر الامور وبعد ظهور سدريج وصفه "ديت" Adderall وهو منه منتج يساعد على علاج قصور منبه ووصفه ان "جيري" Zoloft وهو عصر بالاضمان علاج امزكر مرثه سله وحوال عدد سابقه بها "ديت" يشعر بحسن فاصبح اكثر نشاطه في عصر وصيحت سلوكيه نجاه جيري كثير إيجابية وسعادة لمذعرها كما وصف حركه جيري بعد فتره عده سابع حيث Zoloft يأخذ وقت اموء حتى يصور معروفه بدأت شعر من دخلها بتعبير كبير قد بعد معقو سله حوال أفكار معيئة، وأصبح لديها القدرة على أن تفكر بشكل إيجابي كما أصبحت أكثر ميلاً للمرح ولم بعد كثيره لشكوى واستدع أن من "ديت" هيرت . بقتضا وقتها معا من شجار دائم، وأصبح بمقدورها الاستفادة من وسوس ربيعية تلي بعماف خلال جلسات علاج الربيحي.

وخلال زمره بعدة مدى من تحقق من تقدم، شعرت بسعادة بأهمه إلى مدب لآخر شعرت بهشة عندما حسنت في كلاً من "ديت" و"جيري" بعدد من مشاعر و"امح" وبعد أن كانت تشعر من "ديت" هو لسبب في فشل العلاقة حيث عندما رأت صور مع جيري وما كشفت عنه من نشاط زائد في شعبيت استوقتي من عصر تركيزها بمرط وعدم قدرتي على تمييز الألام

والسبب وراء إحسن في علاقة هيرت الزوجية يرجع إلى سدمح والخص في بوضه - عصبية وقد استمر الزوجان في العلاج بنفسى منذ شهر آخرى . إلى تثبيت من حدث من تحسن ولكن من لأهميه بعد . بمرثه مدى - ثير بشير لمعول جيوولوجيه هيرت به بيان من مشكرك وبعد حتى ينظر كل سبب بالأحر من منظور جديد وقد سدمح - لك على أن يكونا أكثر سدمحا مع بعضهما . كما ساعدت على تمييز ذكريات الماضي الأنثوية، ولو أنني عالجت "ديت" من "جيري" فكيف ما تزال حيوية أم وأحداث الماضي بحيث قد نفسى على بها صحية - "ديت" ولا تجد سببها القدرة على تمييز ماضى

ولقد لاحظت من خلال عملي . جبهة مخ الحسنة التي تفتش في هذا  
 كتاب شعب مصر في علاقه بين الروح والجسد ، واكتشفت انه يمكن ان  
 يعرف رجل في من جبهة من هذه الاجهزة ان يسمع الاستقرهجات الطبية  
 ، ويطلب سدخر معه وور . ذلك هذا انني في اليوم بتصوير مع كل  
 رجول يأتيني ، ان يعرف عن موضوع جسدي في مخ من خلال  
 الاخر من لاكتشفه . نفسي حدد املاج . بسبب من الحاجة لاستخدام  
 . بسبب تصوير الخ . من ان يساعد هذا الكتاب على ان تكون أكثر دعية في  
 تحديد مشاكل الخ لذلك ولدي من تحب . ولتوصل املاج . بسبب من تصوير  
 مع . بسبب يكون لدى رجول لا يستطيع . املاج . هذا اليوم بجو . تصوير  
 مع . انني ريد ان عرف ما يدور به . رخصه . ان هذا عطف في املاجه  
 والانني على حد عملي . ان طبيب نفسي يقدم معراج . بسبب من رجولي  
 قوم من مشاكل مع . ان هذا قد يتعب من ان تقدم هذا كتاب من  
 مستشار . رجولي يعرف . ان معاجه على هذه الاكثر الجديدة

ومن بين الامثلة التي سنباولها هذا الفصل . كيف تؤثر اجهزة المخ  
 تحدد على علاقه بين رجول . وكيف ترتبط مشاكل لاجهزة المختلفة  
 بعضها بعض . دور يحدث عند يكون هناك حس في اكثر من جهاز من  
 هذا رجول . كذاهما . من املاج . لذي في ضرورت في هذا . مع من املاج  
 لرجولي ؟

ولقد يتاثر كل جبهة على علاقه بين رجول . عند يعرف بشكل  
 سوي . عند يكون له حيز

### تأثير الجبهة الطرفية على العلاقة

عند يعمل اجهزة الخ كما ينبغي . هذا يترك من ايجابية  
 الشخص . ويجعله أكثر قدرة على لايامه والآخرون . كما انه يجب ينظر  
 في معلومات التي تأتيه من منظور . وبعد هذا من احد ان يساود  
 اشد من غيره . ويشعر . ان به جبهة طرفية عليه . من كبرته على لرج .  
 ومن كبرته رجوليه . يكون أكثر تفرغاً على ادركات لاجهزة . ومن هذا  
 يستطيع من هذا شخص . يجذب الآخرين إليه من خلال موهبه لرجولي

ما عسى يريد بشد الجهر لطرفي عن بعد صبيحي إثر قد يري من  
 حياءه انحصار وانفسه وبعد عن الآخرين، ويحمله برؤى أكثر من جود  
 اسببه لدى الآخرين، وينظر بلاشياء من حوله من خلال نظرات سوداء، ولا  
 يرى إلا المصوب، وعند يشك في غيره، والنفس في الجهر العرفي يقلل من ميل  
 شخصه صرح ويجمعه بهم من شدته بجسدي نظر لا يعدم برغبة لديه  
 وقد يحمده غالبا ما يركز على تكريرت حسبه ويحب سموة في تكرير  
 شعور بانفسه بحديه وسببه هؤلاء لا لشخصه ومذلمه تزيد من بقدر اناسه  
 منه

جمال تدغم العلاقات باحمله عن جهاز طرفي سليم

لديما شفر من تكريرت صبية

دع يدعو "مقدنا"

سي قبل عشار - وعم نت لم تكن في حانه بر حبه جوده

فيا نفسي رقتا ستمت

"شعر بر حبه يا فيا ندرس احب"

جمال تضر العلاقات باجمة عن حلق في الجهاز الطرفي

"لا نظار لي بعد شكن"

لا تكر إذا اسحدث تعيسة

"سي مرقو سمة"

"بعني وحدي، لا أجد الذي رغبة في فعل أي شيء"

"الحب انت نتم ولا حبة بي في انوم"

"لا أحب أن يكون وسطهم"

"لا أريد أن سمع نصف فقد تعصب جرح مشاعري"

"لا أشعر برغبة في فعل أي شيء"

ما بقوله ابوج أو مروحة "صعب عن الآخر، إذ كان أحدهما يعني من

مشكن في الجهاز الطرفي

"ب. سبية"

"دائما يبدو محبب"

"لا ينظر إلا إلى الجانب السلبي من الأمور"

"لا يحب أن يكون وسط الناس"

"يقوم الأمور بشكر حملي"

"لا يهتم بالجنس"

"لا يستطيع سوء"

"تسعدك فرصة كبيرة للفرح في علاقتنا"

### سارة وجوي

كانت "سارة" نحاسي من مشكل في جهاز الطريق أنصرت بحيراتك  
 زوجته وكذب قد تزوجت من "جوي" من خمس سنوات كما كان كثر  
 سبب هذا ولم يكن سعيدا جدا ومع نهاية اليوم كانت سارة تشعر  
 بالاحسان وفي الغم لا يحب كانت ترفض أن تكون وحدها، ولا تشعر بأي  
 رغبة في حب أي شيء، بعد عودتها من عملها، ولم تكن تهتم بالجنس إلا خلال  
 يوم أو ليومين ليس هناك لذة، وكانت "سارة" تعيش في سطر لخدم  
 سببي لأقرب وقد جوي يشكو من عدم الرقة في علاقتها مع زوجها، وكان  
 مفرجها جدا من عدم اهتمامها بالجنس وموقفها الذي ينم باللامبالاة نحو  
 ذلك يشعر أن سارة سببة لعدية وقد ترقب على عدم اتصالها ببعضهما  
 شعور، وحدها وعلى الرغم من أن كان يحاول مدحها في هذا الأمر لا أبي  
 كذب يقول إنما "تدعي من أن مشاكل وأن كثر في الأمر أنه يتوقع منها  
 التفكير في حال من "جوي" لا أن حب، فهي موعده ويحب جوي" عن هذا  
 كتب ربه في غرف ما كان هناك شيء يعكس في نفسه من راءد في  
 حزنه لئلا وشجعت "جوي" على أن يلتقي بـ "سارة" وفي نهاية  
 ... من طرف آخر "سارة" لتوقفت وفي قرأها انصرف لي بأنها تشعر  
 برضا وصعد وسببه تلازم طول الوقت واعترف لي بالتحدث رغبتها في  
 الجنس واحتراسي في غياب كلامها أنها كانت تشعر بحسبها أثناء فترة  
 انصرافه وأن بها كانت مصعب بعد بالاحسان، كما أن والديها انفصلا عن  
 بعضهما وهي في حذرها من عثره وقد حدثه عن لحوار لطيف ومن ذلك



يتمتع بالخيوط وبعد ذلك يصيب له مضارباً لاكتئاب (buckin) و Welbutin وحصلت بواجب علاج الرئوي. وبعد شهرين من ساربه شعر بحسن حيث أصبح شعر يبريد من لطافته وتركيز ساربه كثر جديده وفوق ساربه رادك رقبتهما و الحس وأصبح رقبته الحس من لادحيه جنسية

### تأثير العقد القاعدية على العلاقات

عند فحص العقد القاعدية كما ينبغي يشعر الشخص به والمترجحه ويكون متدلاً ود نظره بحاييه نحو المستبين والاسير . ساربه يديه ، لا يشعر ب هذا من سادحيه يديه ب يعوقه ساربه عيه جسديه كاشخص الذي لديه عقد قاعدية سديه شعر به ساربه ساربه من حس السرح سديه كثر يبريد من رغبته وحاييته جنسية . ب بوسعه أن يتعامل مع الصراع بشكل فعال

ب حينما يبريد شرطه العقد على مستوى الجسمي (الجسمي) شخص يشعر بالقلق ، واللعش ، والحواف ، والنبوء ، ويعمل إلى ما على خلافات يملس سديه والأشبه التي لا تميز على ما يبريد . كثر ساربه حوته من منطق بحوف . وقت يشعر لشك مصالح الغير ومثله شخص تحده يشعر به سادح والآام الظهور إلى غير ساربه من شكوى به وتجر حوته به جسدي قهلاً بسبب سادح قوتها على الجسم وفاد به ليه سادح عاضيه وسديه كفيه لكي يشعر بوعيه وجديده جسديه سادح بهتجسب أي شرط جسدي . وسجد سادحات مثل هذا الشخص بالمثل والحواف . والذي ب يبتعد ساربه بسبب خوفه لادام

### عبارات تقوي العلاقات

وتكون سادحة عن عقد قاعدية سلمية

"علم أن الأمر سادح على ما يرام"

"سارح دي مشك سادح ومن سادح مشاكل نه قم"

"لأ ما أشعر به سادح بدي"

بالأما ما اشعر بهذو في لوقت الجديدة

### عبارات تصير بالعلقات

وتكون ناجمة عن مشاكل هي العقد الفاضلية

سـم هذا الأمر من إحدى

"شعر يدور شـم"

سـمى حـكـم

سـمى حـكـم جداً من المصير بالمشـكـل و حـكـم تـجـسـسها

وـهـم سـمـطـع سـمـطـع و شـعـر يـكـلـو شـمـي في هـم سـمـط

لا يـمـتـنـي و حـكـم الحـب . سـمى شـعـر يـصـدـع . سـم في الصـدـع . و في  
ظـهـر . سـم في الصـلـات . إلـخ

عبارات الروح أو الروحانية عن الآخر عندما يعاني أحدهما من  
مشاكل هي العقد الفاضلية

"سـم ذلك"

"سـم عصـي"

"سـم مـنـور"

"سـم يـهـم كـثـيـراً بـرأه الأخرى"

"سـم ما يـنـوـع أسـوأ اـمـتـاـج"

إـتـه تـشـكـو بـأـمـا مـن شـعـوره بـأـم "الصـدـع" أو "لـاء في العـدـه"

"لا يـمـتـنـي مـع لـصـاع يـشـكـل فـعـل"

"لا يـمـتـنـي مـع اـمـتـكـن يـشـكـل مـبـاـنـر"

### ريـان وريـسـي

سـم "ريـس غـصـبـا . و سـمـابـا . و بـأـمـا ما كـر يـتـرفـع الشـم . و كـر هـكـا  
و شـكـر لـمـر سـم (كـثـيـر) مـ كـر يـشـكـو مـن الصـدـع . و أـلـام كـظـهـر . و تـونـر الصـلـات  
و حـبـر بـاك كـر رـه جـهـمـا لـه أـمـه صـمـه بـحـدـس عـشـر و في هـيـة مـرـوج كـامـب  
مـيـسـي مـه "مـ مـيـسـي بـأـلـامـه . و حـكـم مـن حـيـة بـحـاـوـه و سـمـيـتـه . و كـم تـحـب  
اـشـعـر يـهـدـه رـيـس" سـم . و كـم يـعـوـر لـأـهـلـه سـمـت "مـيـسـي" مـن شـكـر

من ساعده وحوله في انوار الحقيقة وكان هو "ريال" وبشأنه الطبيب قد  
 ظهر على علاقة من جعلها تشعر بالوحدة والحركة والدينامي بدت تشعر  
 بالبر. وأصبح كل منهما محالاً وكثير بعداً من ناحية حسية وعصبية  
 بينهم. وأحب بدأ يستر من علاقتهما كان منها لا أن حدس مني  
 بعد برويتهما مع هذا العصب "ريال" وقد قيل لك من مني عيبت ما  
 يكنى من اهل وأن العلاج خطي من يحدى ومثلكه بدت والنسب نصرة  
 وهو محو في هذا لأن مشكلته في لغته عادية من لاهية عصفين مجبورين،  
 وحالة حسية ذات مع "ريال" وبينهم انهم من أن "ريال" قد يدي من  
 منظره في علمه بالعبء من دي بر هذه مشكلته في علاقته مع زوجته  
 وبدت حديثه من سوكه من ساعده طبيبه ومن ناحية فيولوجية لم بدأ  
 يشعر بالوحدة. وقد بدت في عديده من ساعده بروجيه على الأصابع  
 بعضهم، ووضع أهداف لعلاقتهم، ثم شرعت بعد ذلك في علاج رين  
 كيف يصل الأفكار الحسية الثلاثية (ولي كانت قوية فيه وقد عجزه  
 استخدام لغته لاسترجاعه حيزه) فعملته كيف يُدعى بيده، ويخطي  
 علامته ويسفر من بعده) كما علمته بتقويم انعطافه الذاتي، وسرعان ما  
 بعد ذلك استوعب وصفات بعض عادية ولم يعد بعد ذلك يستخدم  
 "بينهم" كطبيب وبدأ بعد مع عيونه لعذبة مشكلته الحسية في حوارته مع  
 رين. بعد بواقع شبه عادية ولم يعد يشعر بالخوف. رين بعد أن عالجت اعط  
 لعديده من "ريال" بد العلاج رين بوسي ثماره وتحسنت علاقته بروجيه

### نذكر قسرة مقدمه الفصل التحدي على العلاقات

عندنا نعلم قسرة مقدمه الفصل التحدي بوظائفها بالشخص الأخر. فإن هذا  
 محتمل تقصير بشخص ذات بوضوح أو من وأهداف بشخص ذات. كما يجعله  
 من "ريال" قيم سمويه ولا يقول لا ما يسعد من تحقيق هدفه كما  
 يساعد من اجتهاد من يتبع من خدمه وعدم تكورف وهذا الجهد من ابع  
 لا ينفذ من لا ينفذ من انكرتو في محلاته ومقاييسه بمراسمها،  
 وحده ابويه وعلاقته هدفه والشخص الذي يقتنع بسلامة قسرة مقدمه

عصر الجذبي يشكك في بوليفر في مشددة، ويبدو غير متأكد، وتجده لا يحب  
تصرخ، ولا توتر، ولا اضطراب.

ما عرفت شخصين نشط هذين، انجزوا على حد لطيفي غير هذين يجعل  
في شخصين ميلاً للاسراع فيه بلوليفر يصر على انه (كأن يقول) شيء حرجية  
دور تفكير مسبق. ومثل هذا الشخص يمشي سير لحثله، ولا يستطيع تأجيل  
رغبته (أريد هذا الأمر الآن) كما أنه لا يهتم من أخطائه ويكرهه، وبعد صعوبة  
في الإتصالات، ويكون سريع الغضب، كما يجد صعوبة في التعبير عن آرائه  
وغيره. لذلك قد يشكو شريكه من اهتمام لا يصدق و التقارب في العلاقة.  
وذلك قد يكون من الصعب على مثل هذا الشخص أن يستمر في مكانه فنجده  
متعباً والاضطراب أو هذا تجد لديه حساسية خاصة من الضوضاء وروائح  
و ضواء وبعض الناس في هذا يحزن من منع بعضهم من الصعب على شخص  
أن يهتم في حبه وأن يمد يديه لمشاريعه وسرقاته وأعماله اليومية، وتزداد شعراً  
بشخصه. كما يلاحظ أن لديه ميلاً لا شعورياً لاثارة الصراعات والمشاكل من لا  
شيء، وقد سمعي هذا سبيل بعبارة "دعنا نحقق مشكلة" كما يمين هذا الشخص  
أو إثارة ولا يهتم في تصرفات هؤلاء الإثارة تؤدي إلى رجاج وإحباط يوجه  
مثل انقذته بسرعة أو يغير يستخدم حين مطالبي أو الدخول في مشاجرة  
مع غيره.

عبارات تقوي العلاقة بين الزوجين ساحمة عن سلامة فترة مقدمة  
نقص الجذبي

"أنا مهم بالنسبة إليّ، ربما تعرف شيئاً طيبة"

"أنا أحب وأتبع بعبارة محبوبة معي"

"أحب لا اسرع منك"

"أنا مضطرب في موعدي معك"

"أنا معك هذه الأيام، حتى ينسى لنا أن نقضي وقتاً أطول مع بعض"

"أنا لا أحب في شخصك متعبه فتر، راحة، ثم يعود بعد عشر دقائق"

لحسن هذه المشكلة

عبارات تصعب العلاقة بين الزوجين ناجمة عن مشاكل في فترة  
مقدمة الفصل الجبهي

يقول أم تأخر سوى نصف ساعة، لماذا كن هذا لقصبي؟

إذ كنت تريد تورب في مصاريف عمول أنت مسئول عنها

تخسر هذا لاجل

أجد صعوبة في الاستماع إليك

هذا شخص هام مكسي لإنصات بحث و... شاهد انطيميمون وأثر هذا

الحدث

لا يمكنني أن أعبء عن نفسي

لا أجد ما أقوله حينما أحارب انزعاج عن نفسي

أفقد ما حدث في غيري خرجك في الحب، أو خرجك بمباراة

الحب

لا يمكنني أن أستهزئ بفكر

هذا مصوفاً زوجتي

شعر بتشتت انتباه كبير أثناء (البحث أو عدم بشخص جنسي أو

بعد الحب

أريد رجلة لأن

أريد هذا لأن

من خاضعت جد من نفسي فلقد كنت هذا لخطأ مرات عديدة

عبارات يقولها الزوج أو الزوجة عن الآخر إذا كن أحدهما  
يعاني من مشاكل في فترة مقدمة الفصل الجبهي

بأنه سادع

بأنه تنسج لي كلامها وتقايع الآخرين

بأنه لا يهم بي

بأنه لا يعنني أنني كلامي فهي تقول، عليه أن يقول لي شيء

يقول أنني ذهبت قبل أن ألتصق

به بترك الزوجة نفس طول الليل وهو سته. وهذا ما يعينني جداً

"به مخلوق مثلك دون سبب معقول"

"به يحب معارضة أي شيء، قوله"

"به يكون شاردة اسعد أثناء اجتماع"

"به تعيد الحيوّنات، وهو ما يجعلني أشعر بعصب شديد"

"به لا تستقر في مكان"

"به يخطر شرّ فعه ولا يتم شيئاً"

بقي مقحرة - تد وتحدو - فعل كل شيء في الحظيرة الأخيرة

### ري، وليندا

في هذا الموضع قد جاءني به، على صفحة مستشرق لروحي، حيث  
 ك. ميهو، فعلا، من بين 'صديقا ثلاثة يديا' من سترات قصور لانتيا  
 وموقع مستشرق يكون ري" ٩ - في معنى رعد من متلافة بعدة ماجم إلا  
 به ك. ميهو، وسريع، فليس، وكان يقضي وقد هويلا في حين يمر  
 عند كماره، ودخل، فطعم كتب هذا مشكور كثيرة مع بوظفين، وكان هذا في  
 حسب سبب لا يوفق في اختياره، من دراسة كافيّة، وكان ري" هو من  
 فراح لاستشارة بروحيه بعدما شعر بالانعدام روحه هذه وقد أخطر مستشارة  
 راحية كتب به، به قد يري من ضعف ولا عقل واضعيف، وهذا به  
 به ليس به، اسي بروحيها" وخلال جلستي الأولى معهما اعترض ليندا  
 به تعبيرت ولم يكن هذا حدث في سبي قد سراجت "ري" لأنه فوج،  
 وتدفق، ويحب لأثرة وجد في سنة ١٩٨٢ في فهد كتب مسجلة بعض  
 لسي" به إلا فقد أصبح يشعر بأن حياته قد سرقت منها فقد كان من  
 صعب عليها 'الحكمة في طلبها' المدين بعض الاستبداد، وقد تكن تشعر بأي  
 به من ري، وقد عرفت بعدد يكون في اسير لا يكون معي، به بعده دائما  
 به في مديرة، عني لا سبي، وكذلك يثير لأطباء بعد أن أقوم بهدئهم  
 ولا يستطيع د اجمعه بهته بي، لأنه لا يستقر في مكان واحد - به حديث  
 بعد، عني أن أسير وراءه في جميع أرجاء اسير"، وكان ري" قد مرر عدة  
 فترات مريحة خاطئة في العمل به وهو لأسرة بهديوم عني اسير من نجاح  
 'مهم' كما به به علاقة حرج بعدد لروحيه قبل خصومه بلاششارة

الواجب سبب - مع جهر من الصعب على "ليدا" أن تقوم به. كل هذا جعلت تصرف باهية والوجدان الصعب

ومع ذلك بصورة سيئة في أن "ري" يعاني من قصور في الانتباه،  
لأنه طفولة وموهبته كان لا يستقر في مكان، وكان متفقدًا وكثير الحركة،  
غير مستقر وهما ينعقد بدراسة كل الحارة دور مستوى واستطاع يتكده في  
سهي دراسة ثانوية يحتاج على لرسه من مكانه لوضع "أما باستغنى إلى  
يهد" فقد كان حفظ العيش في سنة حفظ نفسها بصورة من قصور لاسية  
قد بد يعجز من شخصيتها وبعد أن كانت سعيدة وفدته، أصبحت تشعر  
بالافتقار - والحيرة والصعب - - يكره من حيث هذا شعير وإله وصعب  
تأويل Adrenal وهو - - منه سحرية على الصعب على الانتفاع. وهو  
- يكون أكثر تركيز وكفاءة في العمل كذا شخص لوجود على الاستمرار في  
الحياة بوجه مع مسترها، ليعمل على شدة من خروج ادسي كذا  
تعد بتدريج حتمين لتأكد من تدويرها لأدري مدسية والتأكد من قيام  
ري وإيد "لأنه يوجب فعلة شماس مع يتألفه (الكثير من شجراتها  
تدب حوى تربية الأطفال كذا شخص ليدنا على تدور غلب سبب حوى  
وهو غلب مفسد لاكتساب وتكرره في وصلب الجهاز الهوائي وذلك لإعاده  
جهر حوى بوضعه الطبيعي وخلال شهر لأربع ساليه كذا حالة  
بروجين قد تحسب. كذا تحسب أيضا حالة طبعين

### تأثير الجهاز الطرقي على العلاقة بين الزوجين

عند جعل هذا جهر ينبغي أن يصبح بوضوح أن يكون ثقافت  
سهوة ويصبح لديه القدرة على ترويه والتكيف ورأيه بذلك ملاحظ حتى  
في الصعب سوف كما يصبح لدينا القدرة على العفو عن خطأ الآخرين ولا  
تكون الأم حاسي وشخص على يسمع بجهر طوقي سبب يشجع الآخرين  
على مساعدته ولكن دون تسلط وفرض سيطرة عليهم، كذا تكون نظونه  
مستحسن بحسب رغبة الآخر ويحبه بالإصالة في هذا أن يتكيف مع  
غيره - -

أما عندما يكون هناك حس في هذا الجزء، ويكون مشاعره زائفاً، فإن هذا  
يحدث سريراً جداً بلاغلاً في حيز الفكر معينة واستكبر بها دور وتكراراً، كما  
يحدث عند ضمير الأحقاد ويحدث بجروح نفسي ولا عنق من احقاد  
الآخرين. ويشخص لدى بعض من مشاك في قلب الحزن لا يتمتع بالسوية  
ويجده ذلك يريد الأشياء أن تحدث كما يبتغيها ويقضب كثيراً بما حدث  
خلاف ذلك. كما أنه يجد صعوبة في تماس مع غيره. ويجده كثير لجد  
والاعتراض

عبارات تدفع للعلاقة بين الزوجين ناجمة عن جهاز طوقى سليم  
"حينما لا بأس"

"أستطيع التحدث مع هذا الموقف"

"كثير يريد أن نفس هذا"

"سعدت بشارتك"

"سعدت بشارتك"

"سعدت بشارتك"

"سعدت بشارتك"

عبارات تضعف العلاقة بين الزوجين ناجمة عن مشاكل هي  
الجهاز الطوقى

"لقد جرححت مشاعري منذ سنين"

"من أنا هذا"

"من يتكرر ما حدث"

"أنا ما أشعر بالثقل"

"أنا ما أشعر على هذه الأفكار السلبية"

"أنا ما أشعر"

"أنا ما أشعر"

"أنا ما أشعر"

"أنا ما أشعر"



٢ ١ ٢

"لن نعمل هذا"

"لا تعجبني كتب كثيرة جداً"

"لم أكره أحداً كما كرهت"

"لن نغير هذا أبداً"

عبارات يقولها الزوج أو الزوجة لبعضهما البعض من كان  
أحدهما يعاني من مشاكل في الجهاز البولي

"لا يفهم أبداً أو يفسى"

"أنا أتذكر أماكن حسنة جداً جداً"

"كل شيء ينبغي أن يكون كما يريد"

"أنا بعد أبداً"

"يحتفظ بحدودنا جيداً"

"لا يفسى شيئاً أبداً"

"أنا غير من"

"أنا لم يبيع ابني، أرحمه شعدي بغيره سينت"

"أبني لا يصدق في شيء، أنا علي أن أفسى كل شيء كما يريد، أنا لا"

"أنا أحب شعدي جيداً"

"أنا يه رفض كل ما أتوبه"

"أنا مريض إلى الاعتراض"

"أنا لا يحب تجربة سبأ جديدة"

### روز ولاري

عنى لارم من شعور زوج "روز" و "لاري" مدة ٢٢ عاماً، إلا أنهما عاش  
١٠ أعوام مدة ٢٢ عاماً من شعور لارم وروز وقد كتب لارم مستشار زوجي جداً  
به وروز لا في شعوري به تحدث في "أنا هاريسونكو في إحدى  
أنا م - المحبة عن الأطباء الذين يمدون دواء لذهول وقد قد لي به جيد  
شعوري تحدث عن ذلك انزله به بسيف انزولي أحب سي لكم فع

وحيث وقد لا يرى قد اشترى في بعض ظروف مبدوء واعتقد "زور" سرقة وقد ذهب زور حبيب رأيت نفسه واحدة من بين أحداث التي تشتت في هذه للشرط لا يرحم يعجز عن مشك في جميع ربطك من خلال انطباع الكلام عليها، حيث إنها تشتت في سرقة سرقة عالما بدين بخلاف وعند كاتب في مرحلة المراهقة تدوال هي "يها انكحوب" و"سب" ما عهد المبرق، فقد كنت يعني من نوبت كسب، والشئ الذي كان له التأثير الأكثر سببه هي روحها هو عدم مريدها فقد كنت يجب أن تحدث لأشياء كما مريدها ولا تحزن عصب هلي رغم من أنها لم تكن شعريه ولم يكن ثوبه أن تكبر ذلك، ويقول يجب روحه "ب" سواء ظف في ايدلم" وقد كرس مريب كذا لا يجب فيه، ويقول روح في هذا شأن "يعكر" ليس، ويرى في "وهب ليلاً أم نهاراً" ولا لا أرى له انقطاع ايدي به لنكر، فلا يبدو أنك شخص تعورنا المصفاة" كما كانت من النوعية بقي بعض الأحقاد وتمكرها مرات ومرات هي من الأعور" رداً أحبب شخص مشرب مع رابعة ما لا تصرف بعد شخص بشكل لا تحبه فيها بخوجه من حياتها، ولا يسر به هذا "ب" وقد أقطعت أمها مدة ١٨ عاماً، ولم تكلمها بسبب شجار بسط في حد لا هو ولم تصاحف زور مع عني شيء، وكنت تعبر كل م مبدوء "لاري"، وقد خدلتهم وقد لا مودعنا به يقول لاري "كك مختلف بمجرد خلافه" لا الجسم قد لا مشقة كبيرة، لا بد أن يكون كل الظروف يجب هذا ويبدو مبني ثبات طبيب قد يشكل مباشر"

رغم ذلك "لاري" من سبب بناء مع "زور" ولا إلى لا يذري هذا "لاري" كان قد ات في سر، محطته وكان يشعر بحسنة بدنه مع زوجته، وكان يحسوا كضيق في العنق حيث كان يلتقي فيه "لاري" وهو بالإنابة إلى عند كان يشعر بال "زور" قد قامت به يعكسه انديم به علاج، فهي بقي ثابت بعد موحيد جنسها لا استشارة وكنت مبتدئة ببقاء معي، وقد كنت مع عدم تعبه بده فيه، لا من مستأثر به بالربها و طبيب نفسي محضر مع حسب أن يكون حادير لموت في خلاف بين زوجين وقد ركنوا،



ما هذه، يقول هذا حين في هذا الجزء على هذا، يودى إلى مشاكل في  
 من شدة، وهم يحزن لهنية وإساريج اشخصي، ويبدو أن قلب العاصمي كان  
 من هذا لحسن يجعلنا سريري تغضب، ويجعلنا يفكر بشكر صيف وسيف من  
 حطاطا بسلام عدوي، ونظر إلى الأمر بشكل حطون، كان نحن من بؤسه  
 شب ينسك ما، وينسك أن يذ في هذا أو حدث حالة من شقيه والأرباك ومن  
 إن يسه فهم ما بقوة الآخرين.

### عبارات تقوي العلاقة بين الزوجين نجمة عن سلامة النص الصدغي

"تذكر ما طمينة مني"  
 "تذكر جيدا سرير علاقتنا"  
 "أسي شمر بالاستقرار والهدوء"  
 "مكتبي، أحد نكبات بقي سفير من مشغري"  
 "بمشي أن أعرف سبوك ما، أن الشخص يشمر بسعادة، و  
 "بحر أو الغضب، أو أمل"  
 "بمضي أن أحكم في معالامي"  
 "ذكرتي جيدة"

### عبارات تصر للعلاقة بين الزوجين نجمة عن مشاكل في النص الصدغي

"منني أسي من مشاكل في الذاكرة"  
 "لا أنظر للأمور بمنظور سيم وأنح في قدوم  
 "منني سرير يغضب وأعني من حانة مراحبة سيم  
 "منني سرير يغضب من الهدية لطفية"  
 "كثير ما يدور ذهني أفكار بعيدة وعنده  
 "حد صعوبة في الأمر"  
 "ماذا ما سر، فهم ما بقوة الآخرين"  
 "نقد حساسة مفرقة نجد الآخرين أو شعور بهم يحدثون عن"  
 "هذا ما سبي، فهم معبر ما وجد الآخرين"

كتب : "جد صعوبه في العثور على الكلمات المناسبة لقصتي"

عبر أت يقول: "روح أو الزوجة لعصمه" إذ كان أحدهما يعني  
من مشاكل في الفصل الصدغي

يقول : "بكر عدو جد في قوله وتصرفاته"

أدنا مثله عرج

"كرته صعوبه"

"به يعني فهم حقد"

"به كتيب جد"

"به يعني فهم لأمر"

"كثيرا ما يكون شرد الذهن"

"به لا يعلم بالمرء أو سمع للعالم بهن يجب أن توضح له"

سمعه"

### دون وشيلي

لم يكن قد مر على روح "أمور" و"شيلي" سوى أربعة عوام حين بدأ في  
علاج مرضه حتى أنه قال "ول شريد بعصب" مع جده يعرض بالأذى بوجهه  
بأنه "مرد" ويصر عليه بطلبه "ركب جديده" وفي إحدى هذه المرات  
من "محبور" ما في "سرب" فأخبره أنه "يكن قد تبارك شيد على لإختلاق"  
وأضاف "أمور" شيلي" وحسبها "محبور" أنه "محبوبه" بطلبه معه والشعر  
فقد تفرق بها "محب" ويريد أنواجها أن "سبح" وعلى الرغم من أن التفكير في  
الاستمرار معه قال يشعر "بخطوف" والتفكير في الانعزال يشعره بالحر. لا  
أبها كمن هناك "أله لا بد من طريقة لوقف شيد" وقد كان "دون" يشعر بالأسف  
لأنه "جد زوج" ويظن "بكي" مرة طويلة بحيث يبدو صدم في أسفه وأصد  
سره "العلاج" "دون" يعرض لأصديه في رأسه عصب كان في أسفه عشرة مر  
عمره ثم حادثة "أله يعني" طلب منه أن يأمره "كعده" من عملية الغصيم.  
وقد كان وصفاً أن "دون" و"شيلي" "محبين" بعصبه "جد" حقيقياً ولم يكن لدى  
و "سرب" "أله" "وكن" "بكر" قد فهم من "دون" "شيلي" "وكن"

يقول "كن ما في الأمر" نسي أنقد السيطرة هي نفسي" وقد اكتشف أن "نور" كان جزءاً أساسياً فيه حيث أن بعض أعراضه، كما كان بعد صعوبة في التنفس على شخص له نفسة وكذلك بعض "نور" سريخ الصيحات، وانقباض مخرج وارتفاع ضغطه وذلك هو نفسي، فقد أنشأ بعض الأوراء بعض الأخرى يخافون به. وقد اكتشف بعض الناس أن نور قد حدث به انحراف بعد أن مرلاً، فحفظت هي بجانب أنيسو وارتق وهو مرتد خلودته، ليس نفساً أو "نور" نظرياً وقد كتب في قاعده "نور" يعاني من مشكلة ولفظ الصرخي ربما أنيسو وهو في كلمة صرخ صرخ SPECT وقد وصفه به Tegretol وهو بعض الحبوب - بعضه وذلك فحفظت شانه بعد الصرخي أنيسو وحدها ثلاثة أسابيع بعد شانه وقد يشعر بهدوء، وصحح لا بعضه لا شيئاً وقد بعد سريخ الاستدارة يوم "نور" بعد باب من الصرخي جاد - جاعني حسب". وقد لاحظت شيئاً لخصم سريخ على نور وسفر عن هذا "نور" أصبح أكثر استقراراً وهدوءاً وروقة، ولم يعد سريخ العصب كما كان من قبل. يستمر بعد جهات انفسية في جنسها بعلاج عدة أشهر أخرى بينهما انعموا وسعهم به، على هذه المعلومات الجديدة

ولكن ليس بالضرورة أن يكون هدف مشكلة واحدة في الخ هي لكي تسبب هذا. قد يكون كورجين شدة - حدة - شدة - نكرو - يدعي شيئاً بروجان من أكثر من مشكلة في الخ. ومن المهم دائماً أن تضع مخ في الاعتبار عدة سريخ حالات - ر - الذين يعانون في حالاتهم

### تحسين العلاقات من خلال الكيمياء الحيوية

من بين الوسائل التي يهدف لها عظم و توصيفه أو الكثير من الزجج يكون من خلالهم دور الخدم صميم ولكن يجب وأحرر هشاش في الخ دور بعضهم من هذه العلاقات وأحياناً ما يساعد الأدوية على حل هذه المشاكل. في الأدوية المستخدمة كالمشكلة في العصبون التي بدون وصفة كورجين، هو جهور الخ وقد رتبه عديد من العلاجات التي كانت الأدوية بعد أن يحدث شيئاً. يجب عدم إهمال هذا النوع من ساعد الأدوية مع

فيه عندما يعطي بعرب الأدوية وحرص على عدم وقوع أي خلاف في هذا النوع فبعض الأدوية مثل الأدوية سببه تكون فعلة فترة معينة ربما انتهى تأثيره في ساعة واحدة مثلاً فلا تفتش موضوعاً متحولاً من ليحية بطيئة الساعة العشرة وهكذا لا تقم بورة فاعليه مدة

صع في حبيب الأثر جسمه الطيبه للدواء وذلك لأن بعض الأدوية لم تستخدم في علاج أية يمكن أن يكون لها أثر سيئ على صرامة جنس ولربما فيه. والأدوية التي تدعم إنتاج سيرونين مثل Juvax, Effexor, Anafranil, Zoloft, Paxi, Prozac تضع شهوة جسمية أو تأخر لفترة على هرة الجذع، وما حيث هذا هو سر الحديث يمكن لطبيب أن يصفها بمعالجة هذه الذكر، مثل بنى وضيف الجنكو أو دواء مضاداً للاكتئاب مثل Weiburnt ناقش هذه الذكر مع طبيب وعمر روجف أو روجف، له هناك آثاراً جسدية خطيرة ولا تعد لأمر بشكر شخص

سمر في دواء كميته ففهم ما يقول الأمر الأدوية، ثم يصرخون بوجوه ما لا تصور به نتائج سريعة، وإعليك في بحلي بالصبر، فحيث ما يكون من اللازم سار دواء لفترة، حتى يصور فاعليه

وصفب غير موافقه لتخصيص العلاقة بين الزوجين

من أوضح أن استخدام الأدوية ليس إلا جزء من علاج مشاكل الجنس وقد يجب توضيح دور من توصيات غير سريعة حتى لا أثر فعال في علاج مشاكل بين الزوجين وقد هذا على خبري في مجال تصوير ليحسب هذه الحالات تعد لأجهزة مع محسنة بي صدمات، إلا أنه أن هذا هو هذا الأجهزة وليس هذا أن هذا الطريقة فعلة في مساعدة زوج فالأوقات الدنية هذا موجه للأشخاص الذين يعانون من مشاكل في + موصيات لطرف الآخر فهي شروح في لوجهه عند يكون لطرف الآخر من بعض مرط المشاكل

### وصفت الجهاز الفكري في تحسين العلاقة بين الزوجين (ذاتية)

١. تم في وقت ما اتصال امرأته به بن العلاقات الحرة، وذلك عند أن تمضي وقت مع زوجها أو زوجها، فكيف هو جسدك في بيوتك صعب أن يهبط إليك

٢. سمعنا من أخت جديدة حققت راحة لبي بيدي زوجها الزوجات واستمر بها زوجها، نظري هو مستقر، شكرني من معالجه حصة ثم ويمكن أن تكون به أخت لبي أو أختي على علاقتك

٣. ركز على التفكير الإيجابية ركز على الأفكار التي تسيطر عليها تحدث سمعة في جهاز فكري يوم بخيرين، كترية ذات شخصه عاطفية كثيرة، وجدت بركة على سمعة العلاقة في هذا من شأنه أن يزيد من بحث عن بحث الزوج أو عندما تركز على الإيجابية، أو هذا من شأنه أن يزيد لأختك بيوتك

٤. بالنسبة إلى صكها الآخر، فليس لها دور في شيء، ولأنه لكن الزوجين منسك في صكها بين الآخر، والنساء، جنسي وغير جنسي يجب دور كبير في زيادة العلاقة بين الزوجين، وهذا ما يؤدي للنساء أو تهيئة الجهاز الفكري وصحة جيدة روحية

٥. نحن من أخت، لتسمية مسدود، فهذه الأفكار تسد العلاقات وتدمرنا من أخت، لا تصدق أن ه يجب، بصلب ركز في التفكير بشأ، شريك على الأفكار الإيجابية التي تزيد من طاقته، وترفع من روحه المعنوية وسوف يكون هذا بالبيع على أداء الخ لوظائفه، وبالتالي يبعد علاقتك بزوجك (الزوج)

### وصفت الجهاز الفكري في تحسين العلاقات (الطرف الآخر)

١. شع الزوج روحه تعمل بنفسه، رغم من أن حيلة هي من صميمي أو شين يعاين من أختك، لأن هذه المرأة تريد أن يكون ذلك حصة أن تشجع شريكك على النشاط والجماعية

٢. من زوجته زوجها، فسمعة على طهر و كيف وأخت بعد أن بعد كثير من حجم نقل، والخوف الذي يشعر به من يعاني من الوحدة



٢ - عدم روجف روجت مصائب بالجنس لا تاحد لأمر بشكر  
بخصي فلاكتساب - - - - - بخاصية مشاكل جنسية عن عني مساهمة  
شريكك حتى التغلب على هذه المشاكل

١ - ساعد روجف في أمور اسرك في تربية لأطفال أو غير ذلك مشاكل  
حجب لطرفي غالب - - - - - بخاصية بخصي في الفتحة وضعف تركيز، وربما يشعر  
بجنب مصعب ويحتاج لمساعدة - - - - - وهناك من الأزواج من لا يقعون حقيقة  
- - - - - مما يحمله بينك لطرف الآخر ويزيد لأمر سوء، فالطرف الآخر  
يحتاج منك ذلك في التقدير والحب والاعتماد لا إلى استفاد

٢ - احرص على صحبة روجف بر الصبيب - - - - - فنعكس هذا  
بجهد - - - - - على فهم بولده مشاكل جوار بطول - - - - - ما يكون قسلة  
بمعالج بشكل كبير

٣ - هذه مميزات - - - - - روجف من شخص مثلب بجملة شعر بأصابع حرص  
بشي جديد فافهم

### وصفات لعدد الدعية لنحسين العلاقة بين الزوجين (ثانية)

١ - خلص من التفكير سببه أساسية الدعية على لتسل باستحقاق  
موقع العيش، أو لثام، أو ببهيات غير السعيدة غالباً - - - - - أو إن كان  
بعلاقة - - - - - وسقطير الزواج من أساسي بالعلاقات وذلك عليها، لا تصدق في  
لغة بعد من ذهب

٢ - توقع لافهم - - - - - فمظهر لمستحق بمتطور إيجابي هو حرية السعادة،  
فاحرص بعمل على تحقيق - - - - - براه، فاشخص لدى يعاني من مشاكل في لعقد  
المدى به يكون لديه ميل صبيحي لكونه لاسوأ وهو - - - - - ساعد على حدوثه بسبب  
بوقعه، وعينه أن تعود هذا اللون، وهذا ترى أثير، بخاصية قد تحدث في  
الوقت، فحرف بشكل يريد من اجتماعية حدوثها، ودفع لأقصى دافع

٣ - حدد - - - - - بوقت - - - - - بغير واستوكيات التي نسب بالادفع ضيق  
- - - - - بوقت سريع وصحفي - - - - - أن تجنب على لطرف الآخر في موقف  
بسمو بظن - - - - - لأمور قد يصعب - - - - - ولكنه مدة ثلاث ثور، ثم أخرجه بوقت  
شديد بحيث يستغرق من - - - - - بـ ١ ثور - - - - - وبعد أربعة دقائق من هذا عزو

موسمی وحب بالاکسیجنز :مشیخہ ہریدہ من الاسترخاء، نہ ہریدہ من احتیاج  
الحارہ، ہزارہہ سیمہ

[illegible]

وصفات العقد القاعدية لتحسين العلاقة بين الزوجين  
(المُصوّب الآخر)

ساعات الصرافة لأكثر من ١٠٠٠ ساعة. لا يوجد موظفون في هذا القسم إلا في أوقات محددة من أجل توفير الخدمات للعملاء. لا يوجد موظفون في هذا القسم إلا في أوقات محددة من أجل توفير الخدمات للعملاء.

٢ لا بد من اقرار ان احوالنا في هذه الايام ليست بحسنة بل هي في غاية السوء والافسوس على ما نرى من حالنا في هذه الايام

١٠ - مع هذا كله ، هناك مساعدة أخرى في التقييم بشكل سليم  
في ذاتها ، حيث أن كل واحد من هذه النواحي الخمسة يتلقى بعض  
منها ، كما أن كل واحد من هذه النواحي الخمسة يتلقى بعض  
منها ، كما أن كل واحد من هذه النواحي الخمسة يتلقى بعض

٤. الجمع الصرف الآخر على موحية لصرم به على

وَصَدَقَ قَوْلُ دَعْمَةِ الْفَصْلِ الْجَهْلِيِّ لِنَحْسَبِ الْوَلَاةَ بَيْنَ الْوَحْدِ  
(أَيْ)

١٠٠  
١٠١  
١٠٢  
١٠٣  
١٠٤  
١٠٥  
١٠٦  
١٠٧  
١٠٨  
١٠٩  
١١٠  
١١١  
١١٢  
١١٣  
١١٤  
١١٥  
١١٦  
١١٧  
١١٨  
١١٩  
١٢٠  
١٢١  
١٢٢  
١٢٣  
١٢٤  
١٢٥  
١٢٦  
١٢٧  
١٢٨  
١٢٩  
١٣٠  
١٣١  
١٣٢  
١٣٣  
١٣٤  
١٣٥  
١٣٦  
١٣٧  
١٣٨  
١٣٩  
١٤٠  
١٤١  
١٤٢  
١٤٣  
١٤٤  
١٤٥  
١٤٦  
١٤٧  
١٤٨  
١٤٩  
١٥٠  
١٥١  
١٥٢  
١٥٣  
١٥٤  
١٥٥  
١٥٦  
١٥٧  
١٥٨  
١٥٩  
١٦٠  
١٦١  
١٦٢  
١٦٣  
١٦٤  
١٦٥  
١٦٦  
١٦٧  
١٦٨  
١٦٩  
١٧٠  
١٧١  
١٧٢  
١٧٣  
١٧٤  
١٧٥  
١٧٦  
١٧٧  
١٧٨  
١٧٩  
١٨٠  
١٨١  
١٨٢  
١٨٣  
١٨٤  
١٨٥  
١٨٦  
١٨٧  
١٨٨  
١٨٩  
١٩٠  
١٩١  
١٩٢  
١٩٣  
١٩٤  
١٩٥  
١٩٦  
١٩٧  
١٩٨  
١٩٩  
٢٠٠  
٢٠١  
٢٠٢  
٢٠٣  
٢٠٤  
٢٠٥  
٢٠٦  
٢٠٧  
٢٠٨  
٢٠٩  
٢١٠  
٢١١  
٢١٢  
٢١٣  
٢١٤  
٢١٥  
٢١٦  
٢١٧  
٢١٨  
٢١٩  
٢٢٠  
٢٢١  
٢٢٢  
٢٢٣  
٢٢٤  
٢٢٥  
٢٢٦  
٢٢٧  
٢٢٨  
٢٢٩  
٢٣٠  
٢٣١  
٢٣٢  
٢٣٣  
٢٣٤  
٢٣٥  
٢٣٦  
٢٣٧  
٢٣٨  
٢٣٩  
٢٤٠  
٢٤١  
٢٤٢  
٢٤٣  
٢٤٤  
٢٤٥  
٢٤٦  
٢٤٧  
٢٤٨  
٢٤٩  
٢٥٠  
٢٥١  
٢٥٢  
٢٥٣  
٢٥٤  
٢٥٥  
٢٥٦  
٢٥٧  
٢٥٨  
٢٥٩  
٢٦٠  
٢٦١  
٢٦٢  
٢٦٣  
٢٦٤  
٢٦٥  
٢٦٦  
٢٦٧  
٢٦٨  
٢٦٩  
٢٧٠  
٢٧١  
٢٧٢  
٢٧٣  
٢٧٤  
٢٧٥  
٢٧٦  
٢٧٧  
٢٧٨  
٢٧٩  
٢٨٠  
٢٨١  
٢٨٢  
٢٨٣  
٢٨٤  
٢٨٥  
٢٨٦  
٢٨٧  
٢٨٨  
٢٨٩  
٢٩٠  
٢٩١  
٢٩٢  
٢٩٣  
٢٩٤  
٢٩٥  
٢٩٦  
٢٩٧  
٢٩٨  
٢٩٩  
٣٠٠  
٣٠١  
٣٠٢  
٣٠٣  
٣٠٤  
٣٠٥  
٣٠٦  
٣٠٧  
٣٠٨  
٣٠٩  
٣١٠  
٣١١  
٣١٢  
٣١٣  
٣١٤  
٣١٥  
٣١٦  
٣١٧  
٣١٨  
٣١٩  
٣٢٠  
٣٢١  
٣٢٢  
٣٢٣  
٣٢٤  
٣٢٥  
٣٢٦  
٣٢٧  
٣٢٨  
٣٢٩  
٣٣٠  
٣٣١  
٣٣٢  
٣٣٣  
٣٣٤  
٣٣٥  
٣٣٦  
٣٣٧  
٣٣٨  
٣٣٩  
٣٤٠  
٣٤١  
٣٤٢  
٣٤٣  
٣٤٤  
٣٤٥  
٣٤٦  
٣٤٧  
٣٤٨  
٣٤٩  
٣٥٠  
٣٥١  
٣٥٢  
٣٥٣  
٣٥٤  
٣٥٥  
٣٥٦  
٣٥٧  
٣٥٨  
٣٥٩  
٣٦٠  
٣٦١  
٣٦٢  
٣٦٣  
٣٦٤  
٣٦٥  
٣٦٦  
٣٦٧  
٣٦٨  
٣٦٩  
٣٧٠  
٣٧١  
٣٧٢  
٣٧٣  
٣٧٤  
٣٧٥  
٣٧٦  
٣٧٧  
٣٧٨  
٣٧٩  
٣٨٠  
٣٨١  
٣٨٢  
٣٨٣  
٣٨٤  
٣٨٥  
٣٨٦  
٣٨٧  
٣٨٨  
٣٨٩  
٣٩٠  
٣٩١  
٣٩٢  
٣٩٣  
٣٩٤  
٣٩٥  
٣٩٦  
٣٩٧  
٣٩٨  
٣٩٩  
٤٠٠  
٤٠١  
٤٠٢  
٤٠٣  
٤٠٤  
٤٠٥  
٤٠٦  
٤٠٧  
٤٠٨  
٤٠٩  
٤١٠  
٤١١  
٤١٢  
٤١٣  
٤١٤  
٤١٥  
٤١٦  
٤١٧  
٤١٨  
٤١٩  
٤٢٠  
٤٢١  
٤٢٢  
٤٢٣  
٤٢٤  
٤٢٥  
٤٢٦  
٤٢٧  
٤٢٨  
٤٢٩  
٤٣٠  
٤٣١  
٤٣٢  
٤٣٣  
٤٣٤  
٤٣٥  
٤٣٦  
٤٣٧  
٤٣٨  
٤٣٩  
٤٤٠  
٤٤١  
٤٤٢  
٤٤٣  
٤٤٤  
٤٤٥  
٤٤٦  
٤٤٧  
٤٤٨  
٤٤٩  
٤٥٠  
٤٥١  
٤٥٢  
٤٥٣  
٤٥٤  
٤٥٥  
٤٥٦  
٤٥٧  
٤٥٨  
٤٥٩  
٤٦٠  
٤٦١  
٤٦٢  
٤٦٣  
٤٦٤  
٤٦٥  
٤٦٦  
٤٦٧  
٤٦٨  
٤٦٩  
٤٧٠  
٤٧١  
٤٧٢  
٤٧٣  
٤٧٤  
٤٧٥  
٤٧٦  
٤٧٧  
٤٧٨  
٤٧٩  
٤٨٠  
٤٨١  
٤٨٢  
٤٨٣  
٤٨٤  
٤٨٥  
٤٨٦  
٤٨٧  
٤٨٨  
٤٨٩  
٤٩٠  
٤٩١  
٤٩٢  
٤٩٣  
٤٩٤  
٤٩٥  
٤٩٦  
٤٩٧  
٤٩٨  
٤٩٩  
٥٠٠  
٥٠١  
٥٠٢  
٥٠٣  
٥٠٤  
٥٠٥  
٥٠٦  
٥٠٧  
٥٠٨  
٥٠٩  
٥١٠  
٥١١  
٥١٢  
٥١٣  
٥١٤  
٥١٥  
٥١٦  
٥١٧  
٥١٨  
٥١٩  
٥٢٠  
٥٢١  
٥٢٢  
٥٢٣  
٥٢٤  
٥٢٥  
٥٢٦  
٥٢٧  
٥٢٨  
٥٢٩  
٥٣٠  
٥٣١  
٥٣٢  
٥٣٣  
٥٣٤  
٥٣٥  
٥٣٦  
٥٣٧  
٥٣٨  
٥٣٩  
٥٤٠  
٥٤١  
٥٤٢  
٥٤٣  
٥٤٤  
٥٤٥  
٥٤٦  
٥٤٧  
٥٤٨  
٥٤٩  
٥٥٠  
٥٥١  
٥٥٢  
٥٥٣  
٥٥٤  
٥٥٥  
٥٥٦  
٥٥٧  
٥٥٨  
٥٥٩  
٥٦٠  
٥٦١  
٥٦٢  
٥٦٣  
٥٦٤  
٥٦٥  
٥٦٦  
٥٦٧  
٥٦٨  
٥٦٩  
٥٧٠  
٥٧١  
٥٧٢  
٥٧٣  
٥٧٤  
٥٧٥  
٥٧٦  
٥٧٧  
٥٧٨  
٥٧٩  
٥٨٠  
٥٨١  
٥٨٢  
٥٨٣  
٥٨٤  
٥٨٥  
٥٨٦  
٥٨٧  
٥٨٨  
٥٨٩  
٥٩٠  
٥٩١  
٥٩٢  
٥٩٣  
٥٩٤  
٥٩٥  
٥٩٦  
٥٩٧  
٥٩٨  
٥٩٩  
٦٠٠  
٦٠١  
٦٠٢  
٦٠٣  
٦٠٤  
٦٠٥  
٦٠٦  
٦٠٧  
٦٠٨  
٦٠٩  
٦١٠  
٦١١



الهدف الذي وضعه للعلاقة ، لا وأن يصفه بصفه ما كان منك مستفيد  
العلاقة ، يصف به ؟ فلهذا نقول : وهذا أمر لابد منه حتى تكون العلاقة  
صحيحة

### وصفات فشرة نقص الجسمي لتحسين العلاقة بين الزوجين (للطرف الآخر)

١- لا تحب بشية ادواء القلب للآخر بل أن فشرة مقدم النص  
الجسمي يحتاج إلى رعاية جيدة لعدة من الزوج من قصد بهم يستعمل  
مخصص على هذا التنبؤ بشكر من حيث جوده من وعي يحاولون زواج  
حرف آخر في العلاقة الزوجية : وهذا الحرف يصفه بشكل في هذا الجزء  
بحرفه حتى حرف آخر يصفه أو يعصبه ، ومن بهم ، شعرت بهذا أن  
لتحسين ما يهوده وتعلم كل ما يخصه فعلة ، لتحسن أصبح أو لتوتر لهذه  
ما شعرت أنه على رأس زوج قد نص سيطر أو بعد أن زوجتك بفترة  
بمقدار ، حتى تتعلم سيطرتك على نفسك

٢- لا تحب لأحد بيت ، يملكه ، شعرت بطلب حرف الآخر بتذكرك على  
الاحتياجات لا استلزمات الشخص ، أي يعني من مشاكل في فترة مقبلة  
المنهج الجسمي يكون تقديره له من محضها وحده فهو بحاجة إلى تشجيع  
و دعم لأبحاثه من أمر من يخبره

٣- لا تتركه وحده أو يوجب ضم أن يكون صعب لعدم النظام هو أحد  
الامر من استبداد بشكر فشرة مقدمه استبداد الجسمي وبذلك من يشكو من عدم  
نظام بحرف الآخر ، فمن الامتنان و تعاونه على أن يكون بطلان ، لا يسمح له  
هو بطلان

٤- لا تحب من يصفه بصفات وشخصية الحرف الآخر على الهدف إليه  
شخصي وقسمي ، والامر من يصف الآخر من يقي صاحب مشاكل من جهة  
من لم يصفه بصفات بآخر هدف لتبسيط لا عزم حتى في تلك المرحلة  
استبداد به واستبداد مقبلة به بشكر شهور من حين هذه المشاكل وكثيراً ما  
به أو لا بتبسيط الحرف الآخر بصفات لتبسيطه على التبرير والبرهان ، لا

مستطحق حتى تجد لدى الطرف الآخر الرغبة. <sup>١</sup> أو (أراء: و لا لزم بالغير قصد  
مستطحق مريلاً

٥. كنت هناك حاجة لندوة. <sup>١</sup> به. ساعد لتعرف الآخر حتى تذكر  
٦. و به. ولكن لا تعلم هذا بشكل يبدو فيه أنسب. قد ي. كان يقول: نحن  
٧. و به. ادوية. ي. سوخت غير طبيعي. من يمكنك أن تساعد من خلال تذكره  
٨. نطف. من سحره. و يهذي. أو مساعدة حتى رضع نظام لتذكير. كان يصعب  
٩. سظم. سوي. لا ادوية. ي. يمدولاب

### و صنعت التحيز الطوقى لتجسدين العلاقة بين الروحى (نية)

١. أحد عدد يتكرر سبائك على شيء. نعيمه ولا يستطيع محزون منه  
٢. حصوة الألى كسر دون سسبية هي. أن شعر أنت دحب. لعدم بلاهة  
٣. نحس. و نفس يار. أتمام سوكيه عليه. من هذا يمكنك من نفس شيء.  
٤. محذب. سبه يهده لأنه قد عدم تسدي وجهة نظر معينة يزار. وتكراراً، وحاول  
٥. نفس شيء محصب. عند عصبه. ورا. وجدت نفسك تحاول بشكل حديث  
٦. باب. وجهة نظرك يتكرر. دتم. قد عبت. لا. ن. تتوقف عن سلاء وبعول  
٧. لا. متوهى كلامي. قد نوت. نك. أنه لزم. يدوا فترة كافية. بحيث سمع ما  
٨. يقوله الطرف الآخر

٩. عدد يهو. توقف حرم من لومر توقف برهة. فحش. لتلاحظتوتر في  
١٠. حرم. أو جسد. أو حور. عليك أن تجد طريقاً لإخراج نفسك من هذه  
الحالة أو غير مسار لتحدث لبرهة من الوقت

١١. لا. لكن. من اشكون. و يشكوى بعض على يمكن مولات. ولابد من  
١٢. لها. وكثرة شكوة. من نافع يرى الأشخاص. بعض يعانون من مشاكل في  
١٣. حبيب. طوطي. وعايا ما يكون لها. رد فعل مسبي على علاقة. ولابد سبائك  
١٤. توقف عن هذا. فحش. شخص لا يصب لك على. أنه أن يجدي بعد. من  
١٥. ستر. أي. حاجة. حاد. به. بعد حرم. جبهة. بعض. مع. حاد

١٦. استخدم. و سائل. حيدة. حار. مشاكل. لعدم. بوجوب. سري. عيب. ي.  
١٧. و. سبائك. و لحد. به. لظرف. حاد. و احبوا. عادية. مستطحق. فكديّة. مشاكل  
١٨. من. مصر. بمعالجة. يتكرر. من. يكون. به. لظرف. حاد. ي. كثير. استخدم. استرجح. لاسي

أحر المشاكل الكتب المشككة (التي تكون الأبروف في المصنفات) كتب حيدرآباد  
و لحدوث مشكلة لمشككة (تحتوي المصنفات) وضع ميرانيه ثم أحر من بين هذه  
الكتب. وهذه مشاكل عديدة يساهم على أخرجها من هناك. وعدم تكرار  
بحديث عنها في علاقتك مع الطرف الآخر.

٥ كتاب أحر المصنفات. نسبة مع المصنفات المبدئية لتساعد على  
معرفة أحر المصنفات في حق. كذا يساعد شخص من المصنفين على  
معرفة. ثم لا يكون أكثر مبرورة. وحسب إذا يعلو عنه سوء الفهم وتقصيرت  
معرفة دون غيرها.

٦ كتاب أجناب عنه بكر وفتوحات. فانكر وفتوحات من أحر  
المصنفات من حيدرآباد غير معروفة. ربما في رفاة مكتوب. أحر تساعد  
على فهم حده مبررة وجعل الشخص أكثر مبرورة. أما شخص سببه  
أحر في الم. فمعرفة غالباً بالمصنف والتأثير.

### وصف الجواهر الطوقية لحسين العلاقت بين الزوجين (للطرف الآخر)

١ سببه سوء. على تكبير طرف الآخر بشيء لا يتصنع خطاب معه.  
٢ خطأ كذا سوء المصنف في ر. بقية. راجع إلى أنها موجودة  
في حيدرآباد. وهذا معروف على أنه في المصنفات. على طرف الآخر في  
هذا هو أن يساهم على. على موقف يحذر. لا أن يوجد الأمر سوء  
بمعرفة. لا لا. أحر لا يساعد. لك من يتصنع بمعرفة. هذا  
سبب لا أن يخطأ. وتكون لا يتصنع. به. وهذا أن شعر. هذا  
مخرج من أسوأ المصنفات.

٣ سبب يسوء موقف هو من التأثر. توقف. برهة. هذا لاحظت أن  
طرف الآخر يركز على نفس الموضوع أكثر من مرة. أو أن يصبه في تصاعد. هذا  
عند لا أن يبحث عن طريقة (أخرج الطرف الآخر من هذه الحالة) و تنهي  
سبب. هذا. وقد ذكر. من قبل أن أفضل طريقة. هذا أن تذهب لحكم عندما  
يكون الموقف.







آخر عمل جدا و جدا در کس است. بحدیث بعد مصوب با هم ترکیه برده  
 است به جور. نه به بعضی القدم لا تستخدم 'ی بواز مخدوم باثرب بعد،  
 فکله بایست جدا بود. در دست حسابیه ثواب طرف الآخر به، انجد بعد  
 است. لا هم در حریف من نفاق استیغره

۳ و لیر الأضمة می بخوبی علی سر به

۱ صاحب الحرف الآخر بطیب را وحدت را بشکر انحر تصدلی  
 تموق حیاته الطریقه، فهدا اشکلی ممکن جدا علاجها  
 استخدم هذه لوضعها بالقوة به بعد انحب فی حیاته. صاحب یحیی  
 حده جدید به پیشی بود

## طلب المساعدة

### متى وكيف تطلب المساعدة الطبية

محبوب من خلال هذا الفصل نحبب على أرباب أسعد كثير مريض في هذه الكتب وهي

- في الوقت المناسب للمصاب إلى طبيب حتى هذه المشاكل
- ما إذا كان إذا أكثر أحد أحيائي أنه بحاجة مساعدة؟
- كيف يمكن أن نجد طبيباً يتميز بالكفاءة؟
- متى ينبغي إجراء دراسة ؟

### متى تطلب المساعدة

ليس هناك صعوبة في تحديد الوقت المناسب حسب المساعدة الطبية و من أصبح بهذا نمط تكرار مواقف لشخص أو سلوكياته، أو مشاعره أو أفكاره دوماً في أصعب قمره على نجاح في حياته سواء في علاقته أو عمله أو في طويته واجب عندما لا تفيد وسائل مساعدة لديه و هذه مشاكلهم كأملاً وعلاجهم ولتلى نظرة على هذه الحالات الثلاثة

رأيت في بعض المصنفات من مشاكل العصبية البيولوجية يمكن أن تدور العلاقات بناءً على نوعيات من أو شخص تعرف من هذه لشكل وحدث تؤثر على جودة العلاقات فيسعى حيث نطلب المساعدة وغالباً ما يكون من الضروري أن نبحث لشخص شخصية زكياً ما أشبه هذا الأمر بالمشهور به لابد في البداية من إصلاح إحصاء انادي مشهور، لكي يمكنه تشخيص المزاج سابقة وهو نظرة أخرى على دور الله يقوم به أجهزة المخ العصبية في صنف العلاجات

- الاكتئاب يمكن أن يحسن الشخص يشعر بالجدد وعدم الانخراط بالحماس وسوتر وعده التذكير والتركيز وسلبية فيما لم يعمد حرف العلاقة هذه لأصنافات وربما أدى هذا إلى مشاكل

في العلاقات، ويكون معذب لطلاق الذي اثنين يعملون من الاكتئاب  
سنة أضعاف نظيره لدى الأشخاص الذين لا يعانون منه

• وحتى بسبب الشعور بالوحدة والعصبية والمرض البدني  
والشعاع والاربعه في تجنب صراعات وعذاب ما تنظر لأمره  
الأحود في هذا لعل و عرصه مذهب على فيه شكوى  
وبذلك لا يتعاسون مع حجم معاناته بشكك جد

• حول انه جسمه و ليس في الأمر طي التكرير يمكن أن يؤدي إلى  
ألمه فكيف لا يسهل بسرونة إلى السوء لجدلي أو لاغترضي  
والى بهصار لأحدهم كما يؤدي إلى السخط الرمن على  
مخالفات، وطلب مساعدة من ذوي الخبرة أمر ضروري هنا  
لأعده بناء لفترة على قيمة العلاقات

• مشاعر فشرية متعددة انفس جبهتي مثل صراجه حصول  
الانتباه غالباً ما تؤدي إلى تغيير علاقات بسبب ما تؤدي إليه  
من ارتفاع، وسرعة في تشتت الانتباه وعدم القدرة على  
التسرع في مشاعر وإنما هم لجزء من مساعدة هيبية يراعي  
هذا إلى مشاكل أسرية صحيحة ويشارك في العلاقات

• مشاكل نفسية اندهي قد نصاحبها بويات نصب مساعدة  
و حركات مرجية وسدح الكلام بشكل خاطئ وضعف القدرة  
على التحمل لأحدهم دون غيره. وقد رأيت هذا مشاكل تدور  
علاقات قوية

ما لابد ولا من علاج مشاكل أصبح حتى يعود العلاقات السابق عهده  
قد يتأخر بعض الناس بمشاكل جبهة الفج لألمه واسي لا تكون  
وصحة في عالم، هذا كبت تعاني رتب و من تجنب من هذه المشاكل وتأثير  
سبب به فحبل، ر نصب مساعدة من ذوي الخبرة ومنظمين، ومساعدة  
هذه مشاكل يمكن أن تعبر بعضاً من جوانبها

• لاكتئاب يمكن أن يجعل لشخص ثناء غصه سبباً غير قادر  
على التكرير والتعب. ولا يشعر بدفعه ويأخذ الأمور بشكل

شخص سديّة. أو يهيم بصورة جديدة ومثيرة لشخص  
يخشى - يؤثر عليه سى الروح معنوية للأخريين وشدت يمكنه  
دور قصير - يهيم من نصرتهم بعمل بحيث يرون الأشياء  
الاجابة منظور سديي. والشخص امشفت وقد تفرقت برصة  
عن غيره

• ذلك ما يؤدي نفس او شعور بمؤثر والحرص سدي والرغبة  
في حبس المصراع - المثل يجعل بشخص عدلة هي غيره  
وسدجه إلى رغبة شديدة جدا - وشعورها بالقلق يمكن على  
الأخريين ويحبهم يتوقعون أسوأ نتائج والشخص هذا يؤثر  
بشأن سبي على فريق بعض ويحبس نظرتهم كمنزلة الخوف  
سبها للأمن

• ليود لهجسيه أو استكثير صورة يودير في أمماته تفكير لا تقسم  
بالرؤية ويجعلان صاحبه العن أو موظف بعمل القنوت،  
والاعتراض والجدال وحصر الأحقاد وعدم التقدير به  
بسبب مشاكل طويلة الذي في فعل

• مشاكل مقدمة بعض الجبهتي مثل: اضطراب قصور لاشده تؤدي  
إلى حدوث عدة مشاكل في مكان معين بد في سبب انتشار المرض.  
وعند حقه وعدم الاحترام سويهم سديّة والقرب  
المشروعة، والسعي نحو المصراع

• مشاكل لغز صدغي عسبا - يكون بها تأثير على بعض وأما  
أميل في الاعتقاد بأن معظم العن سدي يحدث في أماكن العن  
يرتبط بصعوبات في نفس صدغي وعذاب - تظهر مشاكل  
نفس صدغي في العمل على شكل استجابة مزاجية، أو  
سلوكيات غير متوقعة، أو انخفاض في القدرة على تحمل  
الكتاب دون صبر، أو سادة فهم الأشياء أو مشاكل في السمع،  
و مذكور، ونقص. وسوء الفهم، وحسب الانجاب بسيط،  
كل هذا يمكن ان يكون به أثر فدمرة على فريق بعض

عيسى 'معضية مدلا' هي تأثير مذهب مع على مكر لعمر "بر" كن  
 مني وسك . يعرض حيث أن بام المأخر : غير صمد وكثير اسمي  
 غير عيه بام عبد الر بجزء من موكه به وكنت مذنبه قد صلت ابعال  
 سكال بر" فدهور شيد قشيا لاسه كنت شعر بأن فيه عيب وانه يرمي  
 به بخص . اما لمير لأعني لعمر قد ك . يرمي في قصه لأنه كبر يعتقد  
 به سيؤثر سلب على المضططريق العن وروحه ليعويه . وه كنت سيرة "ر"  
 من بهن موصدي حيث كنت تعالي من اضطراب قصير لاسيه ، وكنت ترى  
 لاسها في "بر" ومات يوم صيب من "بر" أن يأتي لكتيبها ، وأخبرته بقصته  
 ،صككها جعلته أكرامه وتحرر واسمطه وتشتت لاسيه والتسويق ،  
 كد حفرته بها بعني من قصور لاسيه أن علاج قد حصر من حالها كثير .  
 وهاب ل"بر" و المير لأعني لعمر حب سب أن تطلعه . ولكن طلبت منه  
 أن يعطيه فرصة خوي وقربح لديره عني "بر" أن يصب عود بهن  
 كد قد مضى مع قصتها ، فع كان منه إلا أن شرع في اليك ، فقد كنت قصه  
 مسحه من قصتها . حيث كان رة دور مسوق في مدرسة . وكنت بعني من  
 مشاكس يعلق بأدبير وتنظيم . وتجار الهام وصعب لإتجار لعام ، وه  
 كد بر" يتوقع من سيرته أن مهم به وتداول مساعدته فأني مدير آخر كد  
 سيفصله كد كان يريد مدير لأعني لاسيه ، وجدعني "بر" . وشخصت حالته  
 عني به مصاب بضطراب قصور بته وقد حسب حلقه بشكس سراسي من  
 خلال الأربعة ولعلاج اسعني اسظم ، ولأخصت سيرته في أساوها قد ليعبر  
 بهاب وثرب اشركه لأعني سي كنت سدهفهم من خراف قصر "بر" وتقصير  
 واحد آخر كد . وشعر بر بالأسس لإعدهه فرصة أخرى وبمرقته بالمعومات  
 من كان حذاج بهن شفاء وبها سيقال "بر" مؤثقا مخلصا لشركه  
 واجهده مع شخص بذكر أن يكون لها تأثير سفي عني "محبة"  
 ذاتيه وبغير الدائت ، واضحة اماعية والبدية .  
 • لاكتدب جبار عوي ، بعن الشخص لا يشعر بالإنجار وحتى  
 في عن الإحباط الهسه كما يؤدي إلى عرن شديد وم

داخلي، ولاكتئاب لا يعني الحيدب الشعور، وإنما يعني وجود  
أحاسيس مؤلمة وهو أحد أكثر المؤثرات التي تذكر بأنماز  
الحزن والانسحاب ولاكتئاب يشا غالباً ما يؤثر سلباً على  
الجهد البشري بما يجعل الشخص أكثر عرضة لمرض

• انور ويلمح لذلك بأن حبيبتهم أثقل وألم كسبحه مشكور في  
المعد (لعادية) يمكن أن يسبب لنا شعوراً وأحرف كثير من  
المرضى من شواي يعمرون من حيث فهم أنفسهم بالألم الذي  
المرتب من حزنهم وبعدها بمرسطة قلوبهم يتأثر بعض زيادة في  
حساسية الإصابة بالمرض ويقوم كثير من الأشخاص حين  
يمرضون من تلقاء علاج أنفسهم من خلال تناول الكحول أو  
الحزن أو الإفراط في الأكل وغير ذلك من سلوكيات التي  
يؤدي إلى الإدمان

• المركز يركز على بعض المشاكل التي تسبب في التفكير ومن الناحية  
والمبدأ ما يعتد الشخص إلى علاجهم بنفسه من خلال تناول  
الكحول والمخدرات، ودائماً ما يشعر الشخص بالألم الداخلي  
رغبة من جزءه هذا لقول: هذا قلب شخص ما شيئاً سيئاً، فإنه  
يفكر فيه حينئذ يرد: وقد يمكن أن يفر الأفكار السلبية من  
هذه

• الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في فترة مقدمة لبعض  
الحيوي مثل اضطراب قصور الانتباه غالباً ما يكون لديهم  
خمس كبير بعدم الإنجاز وبشكل الدائم وانخفاض التقدير  
لذاتهم، وهؤلاء قد يستعملون لشكرهم آلية كوسيلة للتعبية  
التي، وبأساسي يشعرون بالوحدة دائماً، ويصعب انصاحب بهذه  
المشاكل كثيراً ما يرتبط بزيادة الإصابة بالمرض

• مثل أن بعض المرضى يمكن أن تكون لديهم آليات لا تحسن  
ولا تضر ولا حركات مزاجية السلبية غالباً ما يعمد بواجب  
والحزن بالمرء الذي غالباً ما يوسط بسلوكيات غير مرضية

واحد من هذه على نحو الأكثرت من سائر بالإصابة في  
مشاكل المذكورة ولعصب كثير من يولي أو ثور بدني من  
يحل الشخص يشعر بوحدة

### كيف نكتفح مرض صليبي

يكثر مرضى "الصبي" ويبدأ في جبهة الصخ مختلفة أن يكون  
و ثم يمر إلى حياة شخص مختلفة وهذه وقت يجب علينا طلب  
المساعدة عند الضرورة ولا تدعوا "انتظاراً" في هذه المصاعب لأن الكثير غالباً ما  
يؤخر في تدبير علاجات شخص وعنده من وخباته نفسها، وكثير من مرضى  
يعتمدون أن عليهم المساعدة بعضهم في حد ما دون الآخرين، وغالباً ما أقوم  
بمضي بدء على خبرتي "أن شخص لا يجب فقط هو الذي يطلب المساعدة  
غير يحتاجه. فارجع الأعمال الدارج ستعين بأفضل الخبراء من خارج  
مستشفى عند توجيهه بشكله لا يستطيع حل أو عند يحتاج لزيد من  
المور. أما الشخص لمرض هذه نكتفح أن لديه مشكل، ويبدأ رأسه في  
المرحل، ويبقى ثلاثة المشاكل على الآخرين" وذلك طيلة إذ وجدت أن  
بواقب أو سوكتات أو أفكك أو مشاعرك يمر فربما تحرك في  
علائقك وعند وحياتك معها عيب معها أن طلب المساعدة لا تشعر  
بأخري. من عليك أن تشعر بذلك فقد يفكك

وعند التفكير في طلب المساعدة لعلبه عليك أن تضع مشكل الصخ في  
صبيها الصحيح ولا تصحح الأمور وذلك لطلب من مرضي أن يتحسروا من  
ممنوع "الصبي" وغير الطبيعي "وأناهم ما هو طبيعي" ولقد من يصارون  
سابق كونهم غير صاعدين: "طبيعي" هي مدى درجات مؤشر مختلف أو  
"طبيعي" هي مدينة في بيوت هذه مدينة منها ونسبي  
طبيعي) كما أقول مرضي أن هذه دراسة نشر عام ١٩٩٩ بحث رعاية بعض  
لصحة القومي أكد فيها أن ٤٩ من الأمريكيين يعانون من مرض  
نسبي في مدى مراحل حياتهم وكثير هذه الأعراض كانت شتى وإلزام  
والأحد. وقد عرفت في البداية أن هذه لأهمية مباح فيها وذلك بعد  
بمئات قائله عشر من شخص أسوأهم خارج النطاق فهي، وجدت أن حد

عند منهم ألبو بندولتر، توبيه و يحصلون علاج نفسي متعدد سوف  
يؤدي من مشاكل نفسية في مرحلة ما من حياته وأكثر مرة أخرى. الشخص  
لناجح هو من يصاب بعدة أزمات وقد أشارت نفس اسراسة اسبلكه ان  
٢٩ من الأمريكيين يعانون من مرضين نفسيين مختلفين، وأن ١٠ ٪ يعانون من  
أكثر من اثنين من خلال حياتهم، به قد يجد أشخاص يعانون من هذه  
الأمراض. من به حد أصعب المشاكل من أجواء الأبحاث هو بعد "مجموعة  
بحكم طبيعته".

ومعصيا يدمي من مشكلته أو أكثر من مشاكل أجهدوا ليح ولكن هذه  
مشاكل أحبب من تكون بسيطة بحيث لا تعرض هريك كثير، وأحيانا ما  
تكون مشاكل هذه بحيث تملأ عقله كثيرة بك في حياته. فهو حدث هذا  
تعالج ن تعالج بساحة طبية، وأنا و ان نكثر من مشاكل لسي قوه  
بعلاجها متذكر حبه بها كمر نفسي وجدها كثيرة وأعتقد أن هذا  
تصنيف تصنيف دقيق ونحن من شعور مرضى بالحرج من حالهم

ومن بين الأشياء التي أفصح بها لمرضى طلب مساعدة ر ألبو لهم  
أن ما فعله هو أن علاج مشاكل ليح بحيث يعود سبباً لأنه إذا لم يعالج  
بشكل صحيح فلا يمكن للمرء أن يتسع بالكمادة في حياته ما إذا كان ليح يؤدي  
وهو أنه قد يتغير فيمكن للمرء أن يعيش حياته دون مشاكل وهذه الأعراض  
من مرضي عدد من أمراض SPECT التي أجريت سي ليح، لأوضح لهم  
بأنهم ليسوا بحاجة إلى علاج نفسي وبمدها، أو لمر علاج نفسي وبمدها،  
وأب حبه لمر بين صور ليح موجودة في هذا كتاب ويري صور ليح نفسي  
من صنف في النشاط وصورة ليح طبيعي فبك ستجد رابط طبيعني لصحي

مداً تفعل عندما يكثر شخص تحبه حاجته للمساعدة

من ألبو سي يدعو لمر نفسي أو نفسي بالمر من جرح  
وضعه (مرضى نفسي) تمعه من طلب المساعدة، فكل من لا يحب أن يظهر  
به الآخرين على أنه مجنون وعبي وبسبب عيب إدمان لا يها الشخص  
صعب مساعدة لا حقيق لا يستطيع إظهار أو من يحب) بعض آثار هذه المرض  
(في بعض وبملاقات أو حياته نفسه)



### خيرى وجيني

مع بداية ظهور مشاكل روجيه بين خيرى و"جيني" في بداية حياتهما كانت "جيني" ترعب في طلب مساعدة ولكن "خيرى" رفض قائلًا به لا يريد أن يشتغل بمشاكله أنه عريس، ولم يوافق خيرى على سحب الطبيب بسبب لا بعد أن حدثته جيني بالانفصال، في البداية كان خيرى قد وضع هذه سبب لعدم الذهاب لطبيب نفسي إنه لم يكن يرى أن مشاكلهما تستدعي ذلك، وأن هذا الأمر مبالغ جدا، وكان يعتقد أن كل الأعباء النفسية يمر بها من دون عاقبة، ولم يكن يحب أن يصفه أحد بالجنون، بما علم بدعايه لطبيب نفسي.

والذى يدفعه للأسف أن موقف خيرى شائع بين الرجال والعديد من الأشخاص حينما تواجههم مشاكل واضحة تتعلق بالزواج أو الأعمال أو حتى أنفسهم يعضون اعرف عنها ويتكروها، وعدم اوعي وانيل إلى التوقف عندهم من طلب مساعدة إلا بعد أن يتدهور الأمر، ونصروا بنسبة إلى حالة "خيرى" كان هو مهديد جيني بالانفصال لا لم يذهب للطبيب، وهكذا عنصر آخر في حالة خيرى وهو صيته بأصعاب قصور الأسرة فبعد كان هذا ارفع على مشاعر الطبيب نفسي لعلاج مشكلته مشوكة في المرساة وقد كره "خيرى" الشعور بأنه مختلف عن غيره من الأطباء وطبيب من أنه، لأنه جبرته على الحديث مع الطبيب وقد يلزم بعض إسمي متحيز ساء، وأن بعض الرجال يرون مشاكلهم في ر شعورهم أنهم بغير حكمة وكثني قول من خلال خيرى إلى الأطباء بشكل عام يشعرون بمشاكل الاذهب قبل لأب، ومن روجت بعد من العلاج انصبي أكثر من الأرواح قد هي لأسباب الاقتصادية الأمر يجعل الرجل يقصر انصرف عن مشاكل وشحة ويتكروها حتى يفوه مكانه علاجها بشكل فعال و أن يتدغم بصرا وأسبب هذا قد ترجع إلى سوء تربية الأولاد ذكور، وموقدت المجتمع من الرجال وكثرة أنشد الرجال في حياته اليومية.

الأولاد غالبا ما يمارسون هذه بعض مشاعر الذكورية حيث يحبون اللعب ولعب الفيديو، وتجعل فيها دائرة الحوار والاحساس وهذه

لأنهم حادون في ثقتهم عليهم سيطرة مستدامة في وحرمة بالأسوة إلى قوة  
لافتة ويؤمنون مع الآخرين وهكذا يقررون بأنهم سيستخدم القوة والهيبة  
في حل مشاكلهم. أما بيت هيلرس في مقابل العديد تحتوي على من كبير من  
الحدود وإيمانه العلاقات مع الآخرين. وبذلك مثل شعب بالاسي وحكمة  
التي هي. فروحاني الله ثابت فقه ذات نصف عودتها تقوم بتكرس بها،  
وأنهم قد خرج مع إيمانه شديد في شعب معه كرة قدم أو كرهكيت. بدلاً من أن  
يفاقه ويتحدث معه

وعندما يكرس بولك ويصبح رجلاً يرضى محتفظاً ببعضه من صفة وأنه لابد  
منه أن ينجح أن يكون حصص من الآخرين، في اعترافه بمشاكله أصبح. قرر من  
غيره من الرجال. هناك بولكر رجل طيب استعده حتى تصبح مشاكله واضحة  
بجميع. وهناك رجل يشعر بفضوليه كداسة عما يحدث لأشخاص، وعبر فهم  
بمشكلة يعني اعترافهم بالفضل إلى حد ما

ولا شك في بعض حياة لا يكثر معشر الرجال من الاهتمام بالأشخاص  
الذين يحضرون مع شئ خاصاً وبالعلاقاتهم معهم، وعندما يجلس مع الآباء  
والأولاد والبنات معاً في يسهلوا قليلاً ليرى الأشياء المهمة حقاً في حياتهم.  
هذه هي سبب من رؤية مشاكلهم ويعلم على حد. فالمشكلة يجب في قوة  
الاهتمام وعدم لاكثر بعد يحدث وقد في هذه رؤية أساساً  
وكثير من المراهقين أيضاً يرفضون حسب مساعدة حتى مع ثباته مشاكلهم،  
ذلك لأنهم لا يريدون أن يشعر بأشغالهم من غيرهم كما لا يريدون أن يقوم  
شخص بالغ بتقييم سلوكهم

وبذلك هذه تصبح مساعدة لأحد من الذين لا يشعرون يحتاجهم بمساعدة  
ولا يرغبون في ذلك

١. جرب أولاً الأسلوب المباشر حين لشخص بوضوح عن السلوكيات  
التي تفتقد. وأن السبب في هذا قد يرجع مشاكل في سطح بعض علاجهم. وصح له  
بمساعدة متوفرة، وبمساعدة هذا ليست لعلاج عيب، وإنما لتحسين كفاءة  
وظائف المخ. أخبره بأنك تعرف أنه يريد كل ما في وسعه ولكن سلوكياته  
وأفكاره وسنأخذه غير المساعدة بعد شعورهم سبيل بحجمه في الأمر وفي

علاقته و نجاحه الشخصي أكثر من العلاج بتمثل في الاستماع لأكثر من  
 عليه، وليس في صلاح عيب

٢ وفي له معلومات من خلال الكتب، وشرط تقديم، ومقالات هي  
 تتدرب حاله، لأن هذا من شأنه أن يفهم كثيراً، فالكثير من الناس يأتون إلي  
 لا هم قرأوا في كتاباً، أو شاهدوا شريط فيديو، أو قرأوا مقالة ومعلومات الجيدة  
 يمكن أن تكون ملهمة جداً، إن أتت بطريقة إيجابية ومفيدة

٣ إن سافر شخص في أسبوعه عن حسب مسخذاً، فسرور بشور  
 وتفرس في من حسب أساعده وتعيدها باري بشكر منظم، ثم له فكرة،  
 أو مقالة أو في معلومات أخرى عن لموضوع من حين آخر أبداً تحدثه  
 كثير من طب المساعدة، فإن هذا سيزيد من ستيه الشخص وعدم طمه  
 للمساعدة هناك، لك فاحرص على ألا بدلع في حماستك

٤ حم علاقتك مع لشخص الآخر، في شخص يقبل الأشخاص الذين  
 يشبهه أكثر من يرحبه ويمتدبون به، فـ لا أدع شخصاً يتحدث عن  
 عيوني إلا إن كتب ثق به، ولعلك عليك أن تكسب أولاً ثقة الشخص على  
 في فهمه، لأن هذا سيجعله أكثر تقبلاً لاقتراحاتك لا تجعل موضوع طلب  
 المساعدة هو موضوع الوحيد الذي تحادثه فيه، احرص على أن فهم بحياته  
 كثيراً، وليس بموضوع تحديد موقف مع صديق

٥ عند ملا جهداً فقد يحدث كثير من الأشخاص الذين حاولوا طبعه  
 مساعدة، إن هذه المساعدة لم تجد دعماً، وإن أنها رأت الأمور سواها  
 وسكت عيب و تعلمهم على تكنولوجيا تصوير الخ الجديدة التي تساعد الأطباء  
 على أن يكونوا أكثر تحديداً وأكثر فعالية في العلاج

٦ هذا مراحله تجعلك تقرب به لا فائدة فيما سافر لشخص على  
 نفسه للعلاج، و- سوكه يؤثر تأثيراً سلبياً على حديثك، قد عليك أن تتركه،  
 لا ليه في علاقة كهذه من شأنه أن يضر صحتك، كما أنه يشجع شخص  
 آخر على الاستمرار في نفسه ومراحله وقد رأيت أن الأخير و جهيد به من  
 يمكن أن ينجح الشخص بالتعبير سواء بعد يمضي برمانه بطور، أو الاوية  
 إن علاج اضطراب قصور الانتباه، أو اضطراب الاكتئاب ليس

مذكر من الغير معصوم أن تجرب الشخص على العلاج إلا إذا أصبح خطراً على نفسه أو الآخرين. ولم يعد قادر على رعاية نفسه فلا تكف نفسك سوى طاقب. رخصت بحثه ذات أشياء كثيرة مستصعب معها. اليوم أكثر مما كان عليه بحال عند عشر سنوات.

### البحث عن طبيب كفء

١- تسمى حرباً بفرط من ٣٠ إلى ٤٠ مكالة هنتية أو هكسا، ورسنة كبروية أسبوعياً من شخص من جميع أنحاء العالم يبحثون عن طبيب كفء. ١- بعضهم التي يعيشون فيها به نشر يشابهني ويستخدم المبادئ الواردة في هذا كتاب، ولأن هذه المبادئ مارالت بعصر جديد في مجده عبء صح، فقد يكون من الصعب الحصول على مثل هؤلاء الأطباء. ولكن انصر طبيب كفء لإجراء عملية بتشخيص والعلاج من لآلئ مثل التحقيق الشدة، والتشخيص غير مناسب يفكر في غيره. لا يور سوءاً وهناك عدة خصوب للنوص أن الطبيب مناسب للعلاج.

٢- ذهب لأفلس صيب تجده فالتوفيق على سدى يصعب يمكن أن يكتب الكثير على مدى بعيد، وبمساعدة مناسب لا توفر المال فقد، من توفر الامانة ومعه لا داعي له. لا ذهب يعالج معجز أنه في حدود كتابك مارية. به قد لا يدسب هناك بحث عن العصر وقد كان بإمكان أن يحصل عليه من خلال بوليصة التأمين، فقد مر عظمه بهم الا يكون عنصر عال هو معيار الاختيار.

٣- سطر بتشخيص. فطمح يصور بسرعة فستة وتشخيص سريع غير قصور في مجده. في حين أن ممارس انعم أو طبيب الأسرة يسوق منه. ١- يتبع كل شيء، هو شيء اشعر معه، تسود. ٢- يصيب للفن سألجب إلى طبيب قلب لا في ممارس عدم الأمانى زيد. ذهب صيب رأى مثا بل ٤- من حالات لتبنيها بحالتي.

٥- فحص على معصومك بشرط طبيبك. سبب من أشخاص ذوي خبرة مائة معشيت، سدرس هذه أحياناً ما يعطيت معلومات خيرة لفدية دون عدم وعرف أطباء وممرسين يستحقون بمشاكل الخ مثل صحر ب قصور

### جيري وجيني

مع بداية ظهور مشاكل لزوجته بعد "جيري" و"جيني" في بداية حياتهم كانت "جيني" توعب في صلب مساعدة ولكن "جيري" رفض قائلًا بأنه "يريد أن يكشف مشاكله مع غريبات، ولم يوافق جيري على أنذهب لطبيب نفسي، إلا بعد أن هدته جيني بالانفصال. في البداية كان جيري قد وضع عدة أسباب لعدم الذهاب لطبيب نفسي، ما لم يكن يرى أن مشاكلهما تستدعي ذلك. وفي هذا الأمر مكثف جدًا، وكان يعتقد أن كل الأطباء النفسيين يعانون من مرض عقلي، ولم يكن يحب أن يصفه أحد بالجنون. ما علم سعاله لطبيب نفسي.

وفي أحد الأسابيع أن موقف جيري شاع بين الرجال وبعضهم من الأشخاص حينه توجههم مشاكل وصحة تنطق بأفراح أو أكتاف، وحتى بعضهم يغصوا. اعترف عنها وينكرها، وعدم توعي وليل، وفي بعض بعضهم من طيب مساعدة إلا بعد أن يتفهم السر، وانتهى بفسحة إلى حارة "جيري" قال، هو تهدد جيري بالانفصال إن لم يذهب لطبيب، وهذا غضب آخر في حارة جيري وهو إصابته بضراب قصور الانتباه. بعد ذلك نفعًا "رغمه" على الذهاب طبيب نفسي لعلاج مشاكله السلوكية في سرية. وقد كره "جيري" الشعور بأنه مختلف عن غيره من الأعداء ولطيف من أنه. لأنه جربه على الحديث مع طبيب، وقد يكون يشعر إني متعب للنساء وإن بعض رجال يرون المشاكل بين أن يشعر بها سواء بفترة طويلة، وبكفي كواب من حلات خبثاتي. وأنها يشكر عدم شعري بمشاكله لأعداء من لاء، وإن سعادته يطالب بمعالجة النفسي أكثر من لأراج. هذا هي لأسباب الاجتماعية من جمع لرجل بعض اعترف عن مشاكل وصحة وينكرها حتى يعمده مثليه علاجيا يشكر فعلا. و. أن يتقدم انشور؟ وأسباب هذا قد يرجع إلى سموم روية لأولاد سنور، وبوفاة مختلف من أرجل وكثرة أشغال أرجل في حياته اليومية.

الأولاد قد ما يدرسوا أديب بعض مشكلات (كأولاد) وأديب حرب، وأديب غيري. الح. ويشير فيها رتبة انحراف والانفصال وهذه

اللاعب غالباً ما يتمرن عليها بسهولة ويستسلم في وهزيمة بالإضافة إلى أنه لا يكتسب ولا يفهم مع الآخرين، وهكذا يتمرن في وقت مبكر مستخدم عدة زهوره في حل مشكلة. أما حيث يتمرن في مجاله حيث يحتوي على قدر كبير من الحياء وقيمة العلاقات مع الآخرين. وذلك على سبيل المثال وحكيه انصص. فإدعني عندما كانت تبة كذب نصف غرضها معلوم بالتدريس بها. ولأنه إذا خرج مع هذه غالباً ما يلعب معه كره قدم أو كريكيت بدلاً من أن يناديه ويتحدث معه.

وهكذا يتمرن بول ويصبح رجلاً يملك محفوظاً بعملي مدسة. وأنه لا بد لكي يصبح أن يكون أفضل من الآخرين. لهذا عتقد بمشاكل أصبح أتى من غيره من الرجال. لهذا يؤخر رجلاً طلب المساعدة حتى تصبح مشكلة واضحة للجميع. وهذا رجلاً يشعر بالاستغربة كالمدة عند يحدث الأمرهم واعتراهم بمشكلة يصعب اعترافهم بالقتل إلى حد ما.

ولا شك أن إقناع بعيد لا يمكن بعض رجلاً من الاعتناء بالأشخاص حين يشعرون لهم شيئاً خاصاً وبمخاوفهم معهم. وعندما 'جلس مع الآباء والأزواج وأساعدتهم على أن يشعروا قليلاً ليروا الأشياء مهمة حقاً في حينهم فعلموا ما يتمرن من رؤيته مشاكلهم وأعلن على حلقها. وبمشكلة ليست في قلة الاعتناء وعدم الاكتراث بها يحدث. وما في عدم رؤيته أنما وكثير من المراهقين أيضاً يرفضون طلب مساعدة حتى مع تقدم مشاكلهم وذلك لأنهم لا يريدون أن يشعروا بمخاوفهم عن غيرهم. كما لا يريدون أن يقوم شخص بالغ بتعريفهم بسوكتهم.

رأيت عدة محاولات مساعدة الأشخاص الذين لا يشعرون بمخاوفهم للمساعدة ولا يريدون في ذلك.

١. جرب أولاً الأسلوب المباشر حيث شخص يوضح عن سوكتهم في تلك الحال. سبب في هذا أنه يرجع مشاكل في يد يملك علاجها ويوضح ما المساعدة المطلوبة والمساعدة هنا يجب للعلاج يجب وأنه لتحمير كفاءة وذلك أن 'خبرة يأتى تعرف أنه يبدل كل ما في وسعه ولكن سوكتهم، وفكارة ومشاعر غير معدة ربما يفرح سبب نجاحه في سبب أو في

علاقات و نجاحه الشخصي) كد له ان علاج يستمر في الاستعداد الأمثل ب  
لديه. وليس في علاج عيب

٢. وثمة له المعوقات من خلال مكتب وشرائط الفيديو. وعلاقات التي  
تسبب حالة لا حد من شدة ر بعده كثير. فمكتش من نفس يأتي بي  
لأنهم قرأوا في كتاب أو شاهد شريط فيديو أو قرأوا مقالة ولعلبت لجيدة  
يملك أن تكون مفعلة جداً بما قسمت بحرفية إيجابية وبمقدرة

٣. بما سطر شخص في مساهمة من طلب مساعدة متفرع يدير  
وسعر من قدر من طلب مساعدة ومعهما يلقى بشكر مستظم قدم به فكره  
أو مدد. أي معبود أخرى عن موضوع من حين لآخر. أب ب تحدثت  
كثير من طلب المساعدة في هذا سيرد من سببها الشخص وعدم طلبه  
للمساعدة من ب. فحرص على ألا يبالغ في حساسات

٤. هم علاقت مع لشخص الآخر. وأي شخص يتقبل الأشخاص الذين  
يشبههم أكثر من يرحبه ويستقبلون ب. فإن لا ازع شخصاً يتحدث عن  
عيبه إلا ما قصد أن يه. ويعد عليك ب. فكسب ولا ثمة الشخص على  
الذي بعده. لأن قد سيجعل أكثر نقلاً لاقترابك لا تجعل موضوع طلب  
مساعده هو موضوع الوحيد الذي يحسنه فيه. احرص على أن تهتم بحياته  
كش. وليس بموضوع تحديد موعد مع طبيب

٥. أتعبه أولاً جديداً. فقد يحدث لكثير من الأشخاص الذين حاولوا طلب  
مساعدة. ما ب هذه مساعدة لم يجد بعد. وما تها ردت الأمور سوءاً.  
ردت عليك أن تصمم على تصوير جديد مع لجديدة التي تساعد لأطباء  
على أن يكون أكثر تحديد وأكثر فاعلية في علاج

٦. هناك مرحلة سيجعلك تقول إنه لا فائدة، فإن استمر الشخص على  
رفضه علاج وبدأ سلوكه يؤثر سلباً على حياته قد يجب أن تتركه.  
أ. بعد و علامة كنهه من شأنه ب. يصير صحتك كد به يشجع الشخص  
آخر على الاستمرار في رفضه ومرضا. وقد رأيت أن ترحيل أو استبدال به من  
يفكر أ يدع لشخص غير سواء فيه يتعمد مسامحة الحزن أو القوية.  
ب. علاج اضطراب بصورة لاسه و حضوره لاكتساب ليس

تذكر أنه بين يمين يمدوك ، يجبر شخص على علاج ، لا إر أصبح خطراً على نفسه أو لآخرين ، و بعد هذا على زعمه نفسه ، ولا تكلف نفس فوق صافيه . ويحصر بحدود أثير ، كثيراً تستطيع فهمه اليوم أكثر من كان عليه أحيان بعد عشر سنوات

### البحت عن طبيب كفاء

تفي حاجا ما يعجب من ٣٠ إلى ٥٠ مكالمة هاتفية أو زكناً ، أو رسالة خارجية سوية من شخص من جميع أنحاء عالم يبحث عن طبيب كفاء لي يداينهم التي يعيشون فيها به فكر مشابه لي ويستخدم أساليب أوامره في هذا يكتب ، لأمر هذه ما في براس يعتبر حذرة في بحث علومهم ، فقد يكون من الصعب الحصول على مثل هؤلاء الأطباء ، لكن أنوع لطبيب كفاء (جبر ، فهمه ، شجيره ، وإعلاج أمر لابد منه لتحقيق الشفاء ، والطبيب غير مناسب يمكن أن يربط الأمر سوء ، وفدت هذه خطوات لتوصل إلى الطبيب المناسب للعلاج

١ . يجب لأخص طبيب جديد ، فالوزير على مدى القصير يمكن أن يكتب الكثير على مدى السعيد ، وبساعة لمدة لا توفر ، لا فقط ، بل توفر كلاً ومعاملاً ، لا شيء لها لا يجب مدح مجرد أنه في حدود مميزات مدنية ، بل إنه قد لا يجد جانب بحث عن الأفضل ، هذا قد يثبت أن يحصر فيه من خلال بوحنة مدعير ، فهذا أمر عظيم ، المهم ألا يكون عنصر مال هو معيار الاختيار

٢ . سمن بمحضصر فهمه أيج يتصور بسرعة تفهمه ، والمحصصر مدعير آخر يتصور ما في حذره في خبره ، مدرسه ، فهمه أو طبيب الأسرة المطلوب منه ، يدع كل شيء ، فهو مني أشعر بفهمه أسير في بيضات انقل مدعير ان عيب قلب لا إلى مدرسه ، فهمه ، لأسى أريد ، أذهب طبيب رأى مثاب بل لأى من الحالات الشبيهة بحالي ،

٣ . احصل على معلوماتك بشأن الطبيب ، مناسبات من أشخاص ذوي خبرة عربية ، مثلاً ، فمدرس فهمه ، حيث ما فهمه معلومات ضرره ، مدعير ، دول ، تعد ، وأعرف أطباء ومدعير ، يستحقون مشاكل الج مثل ، تصرف تصور



لا بد من صعوبة العمل والكتاب. ويصحب بعدم حسب مساعدة الطبيعة.  
 وبعد احدى هذه الأسر، يقول المريض جديتي منذ فترة قريبة "إن اضطراب قصور  
 البنية امر شائع وسبب بحاجة لمساعدة طبيه فما عليّ إلا أن أحارب هذه"  
 وبعد بحث في مساعدة مناسبة سأل شحات بمكنهم أن يعزوا بمعلومات  
 منهم. هي نسبة منخفضة في نفس الجهد و أشخاصا يمشون في مراكز بحثية  
 كفرن، و شخصه من مجموعات لدعم البحث عن مجموعات اندماجية  
 سي ترتفع لهذه المجموعات عدد ما يكون سبب عشاء زرو لأطباء  
 متخصصون في المنطق، ويمكنهم أن يقدموا معلومات مهمة عن الطبيب  
 مثل: سنوب حديثه مع المرضى وتجربته معهم وكفاءته وعظمته

٥. بمجرد أن تحصل على اسم طبيب كفاء هم مرجعة شهادة مع فلاه  
 أن يكون لديه شهادة رماية، فحصلوا على شهادة الزيادة يعني أنه نجح في  
 بعض الاختبارات بحريه واشتوية وأنه ترب نفسه في كتابات مهتر  
 خاصة وبعد أن لا يجد زير كبير، لاسم كليه بطر و كنية امراضات لعب  
 تم يخرج منها طبيب، وتعلم للعوامل الأخرى سبب، فقد رتب أطباء  
 حرجي ما معدت طريقة لا يعرفون شيئا من كيفية علاج المريض بشكل مناسب  
 رتب، احريه من جامعت أقل عرافة وتعلمهم موزون ومطعون على أحدث  
 معدات، ويحبون بمساعدة الآخرين

٦. خبر موحد مع هذا الطبيب لتعرف ما به كتب سويته في بعض  
 معه، لا وغير، رغم من ما يدفع ثوبا بهر لتسب به ولكن يعرفه  
 شخص به سي ستعقد عليه في سلقين امر جدير به. تعلق فيه اوقات زمان  
 فربا خيمت بعد لذلك به أنه غير مناسب فاستقر في البحث

٧. كثير من الأطباء يكتبون مقالات وكتبا أو يحاضرون في المؤتمرات  
 والمجموعات المحلية، فحاول ان تستطيع أن تبدأ كتاباتهم أو سماع  
 محاضراتهم، لتعرف طبيعتهم، ومدى قدرتهم على مساعدتك

٨. بحث من شخص يتابع الدور مصنع على أحدث قصور ٥

ويرغب في بحريه الجديد

• البحث عن شخص يحتاج إجراء ويذهب لأستفك. ويستحب لأحد جالت. البحث عن علاقه تنتم بشراكة واشته عرف ان مر اصعب ان تجد طبيب تتوفر فيه كل هذه المعيير. ويستحب سريري مناسب في مجال المطلوبه الم. ويش هه ممكن انصح في البحث لأن طبيب المسب أمر لابد منه لتحقيق الشفاء

### كيف أدرك أنني بحاجة لإجراء دراسة SPECT

مر أمر إجراء دراسة SPECT لأسباب محددة جدا وصر مصدريه بعدة امهوعات ليد في معياده. أصبحت امر إجراء دراسات SPECT يعمل فلا يص كتب أهه صا عدة سنوات. ولأبحاث ابوسع بقي جريده في مجال دراسات SPECT اعطيتي عبرة كينيكيه جعلتني أقمر على استخلاص صريح يشاكر مع حي مستجوب العلاجات معيئة، وه ضمنت هه كتاب معييه من هه مشاكل وأريد عدة أسئلة كثيرا ب. فدر حول دراسات SPECT وجاباتها

هر دراسات SPECT تساعد على الوصول إلى تشخيص دقيق لا ههه دراسات لا تعطي بنفسها تشخيص. وإنما تساعد لطبيب على زيادة فهمه نوع تلك مشكلة لتنج. ويختلف نوع من شخص لآخر. به يؤدي إلى اختلاف الاستجابة للأدوية والعلاج اسمي أما للشخص فيكون من خلال عدة عوامل تتلش في تدريج «الكيميائي» والتغيرات شخصيه ومعونات بقي توجد من لاسره وثونم تشخيص ودراسات SPECT. بالإضافة إلى مجموعة من الاختبارات نفسه لبعضيه هيس ههه دراسة يمكن ان تقوم وحدها إلى شخص خاص دقيق لكل مريض

• ما أسباب إجراء دراسات SPECT؟ هذه الأسباب تقسم

- ١- تقييم نشاط سموات الصرعية
- ٢- تقييم مرضى لأوعيه دمويه لخبه
- ٣- تقييم اعته و عروق بينه وبين اعته الطرف
- ٤- تقييم الأت عصبية، والقوسية والحاب لإصابات رؤس

٥ موقع وجوه عرض مصوي في اليد، ثل يكون هناك ثلثه صرغي يؤدي إلى اضطراب سنوكي و تكون هناك أضرار جسيمة في اليد أو  
سهم

٦ تقنية السلوكيات مصوية عبر سبعة أفرقي لا سمحيت علاج  
٧ محدود مدى الفهم من أحدثه يدان كحون وحديات في اليد  
و قد ذكرت في هذا الكتاب استخدامات أخرى لدراسة SPECT مثل  
مستخدمها لدى الأزواج الذين يعانون من مشاكل في حياتهم الزوجية، ويجب  
أن يكون هذا الاستخدام مفعلاً معاً، وهو غير المقتضى لحدوث خارج  
اليد.

من يجب على أن يتوقف عن تناول الأدوية قبل إجراء الدراسة؟ هذا  
السؤال يجب عليك عليه طبيباً، لأنه يختلف من شخص لآخر، ويشكل عدد بعض  
أدوية من أفضى أن يتوقف عن تناول الأدوية قبل الدراسة بفترة بضع  
بعض الجسم منها، ولكن هذا ليس لازماً، فمثلاً جريب من دراسة أثناء  
تناولك للأدوية، فأنت طبيباً يدان، بحيث يصبح يدان في جسمه وهو يصبح  
صلاً الأشعة ويشكل عدد يصبح عرض يدان يتوقف عن تناول الأدوية  
يدان بعد أيام من الألف من إجراء الدراسة الأولى ويظل على هذه الحالة  
حتى إجراء الدراسة الثانية إذا كانت ضرورية، وهناك أدوية مثل Prozac  
والتي تستمر في الجسم يدان بعد أو سنة أو سبع وجس من يتوقف عن  
تناولها يدان متشعبة جريب، فمثلاً كذا لديه توصيات خاصة في هذا  
الشأن.

٨ يد يجب عليك بعدة في يوم يدان متجري فمثلاً دراسة في هذا  
اليوم عليك أن نفس حجم ما تتناوله من كافي أو تشبع تماماً من تناول، وأن  
تكون لا تتناول يدان بلادة أو اسبرين (لأن حدث هذا، فتخرج منك أن  
تكون يدان واستد ٧ لتناول يدان كالمعتاد.

من هذا شأن جديفة أو محاطر بعدة دراسة؟ هذه الدراسة لا تتضمن  
سجلاً صعباً ولا يترتب عليها أي حساسية ولكن هناك مكنية لظهور  
فج جدي سبيل و حمر و حمر في اليد و حمر و حمر في اليد

سواءً وبشكل هذا لا يحدث سوى مع سعة ذلك جبا من مرضى وحده  
معرض الإشعاعي السابق من الأشعة يدرج حده بقرص الإشعاعي لأشعة  
إكس.

كيف يتم إجراء دراسة SPECT؟ يوضع المريض في حجرة هدنة.  
والمريض يربط ويراد في ساحة وبطن المريض بحث -ب- حشر دقائق دقيقة  
منسوخ انمينير. حتى تتكيف حافته حافية مع البيئة لمحيطه به، ويتم بعد  
ب-ب حاف حاشير تصوير من حلا. لاسيوت انوردي وبعد القرة قصيرة من  
وقت يتم يتم مريض شري صندة ومقود كاسير SPECT بالمران حول رأسه (لا  
يحدث المريض -ح- سوب) -ب- وقت -ب- يستغرقه مريض على لشدة يصل  
إلى ١٥ دقيقة تقريباً. وإذا كان من الضروري إجراء دراسة أثناء التوكير يعود  
مريض في يوم من لشدة هذه العملية. ويتم إجراء اختبار بتركيز -ب- حاف  
الشعر الإشعاعي

من جانب يدان لإجراء دراسة SPECT عند ب- هذه الدراسة هي أكثر  
-ب- ساد ودلف لمع -ب- من -ب- حافة إكسيفيكية. وهناك دراسات أخرى  
مثل تصوير موجات EEG و تصوير لمصفي لاسيوت ليويمون PET.  
وتصوير مريض بعد مصفي بوشيفي FMR دراسة لأخيرات مكشاة  
جانب ولا تجر من جانب إلا في مراكز بحثية. وغالباً أن تصوير موجات لمع  
EEG لا يتم تصويره كافي من بركيات له حافة لمع. حلا الدراسات  
SPECT، قد يجرى لأخيرات أكثر إدرة

من بعضي ساديين بددت دراسات SPECT تنوع تعريفات شركات  
-ب- من تبعاً حدث -ب- من لأفضل ترجع مع شركة انمينير -ب- إذا  
ب- عدت التأميني يشمل إجراء هذه الدراسات -ب- لا

هل استخدام دراسات SPECT أمر معترف به من قبل الأوساط الصحية؟  
ج- اعترف وسع بعدلية دراسات SPECT كوسيلة لتقديم وظائف أخص هذه  
حدوث لصرع أو السكتات أو اعتة وصدمات أو من -ب- وعدت مدات من انقلات  
ابحاثية بني ساديت هذه اللوضعات، وقد لعب في عودت -ب- من استوير  
بعدة استولوجيا بحيث يمكن تقييم اموانية ولامر من عصفه التي لا

مستجيب لعلاج، وقد بقي هذا التطور على حيرة فاقته قديمي سنوات. ولكن مما يدعو للأسف أن الكثير من الأطباء لا يفهمون بشكل كامل تطبيق دراسات SPECT وقد يقولون لك أنها تكنولوجيا مرمية في طور التجريب ومع ذلك فهذا ما يجب أن ننتبه عليه في أمريكا فهو متخوّل مرصهم له لإجراء هذا الدراسة عليهم

### مصادر دراسات SPECT

نفس هذا في بلاد غيرة مثل غيادس ولكن هذا أطباء ومعالجون معيّنون مطّبقون على حيث تطورات ويسرّكون القصة بين السخ والكلوت وريال في أنه يسميه هذا اليوم بالمخوّن إياهم سرّ الالام وهذا يقومون بجراة دراسات SPECT بشكل منظم في غير يوم  
هذه لأطباء ذكرت اختصاراً لولايات المتحدة

William Collie  
100 Morgan Keegan Dr Suite 220 Little Rock, AR  
72202  
501-664-2300  
Pediatrician and researcher

Dennis Alters  
2067 West Vista Way  
Vista, CA 92083  
619-940-8005  
Child, adolescent, and adult psychiatrist

Steven Clark  
150 Tejas Pl  
Nipomo, CA 93444  
805 929 3264  
Family Physician with a specialty in ADD and related disorders.

Ed DeRosis  
1044 Sir Francis Drake Blvd  
Kentfield, CA 94904  
415-485-0854  
Psychiatrist

Rick Gilbert  
9051 Soquel Dr., Suite F Aptos, CA 95003  
408-688-6712  
Psychiatrist

Michael Goldberg  
 5620 Wilbur Ave Suite 318  
 Tarzana CA 91302  
 818-343 1010  
 Developmental, Pediatrician and researcher L.C.A.  
 affiliation.

Brian Goldman  
 350 Chadbourne Rd  
 Fairfield, CA 94585  
 707 429 7181

Lloyd King  
 350 Chadbourne Rd.  
 Fairfield, CA 94585  
 707-429-7181

William C. Klindt  
 3880 S. Bascom Ave., Suite 217 San Jose, CA 95124  
 408-792-3210  
 and  
 3060 Valencia Ave., Suite 6 Aptos, CA 9503  
 408-460-2550

Richard Lavine  
 271 Miller Ave.  
 Mill Valley, CA 94941  
 415-383-2882  
 Psychiatrist, Specialist in addiction medicine

Cecil Oakes  
 350 Chadbourne Rd.  
 Fairfield, CA 9485  
 707 429-7181  
 Family Physician specializing in ADD and related  
 conditions

Hugh Riddlehuber  
 1333 Ralston Ave., Suite C Belmont, CA 94402  
 415 595-2384  
 Child, adolescent, and adult psychiatrist

Herb Schreier  
 Children's Hospital Oakland  
 747 Fifty second St.  
 Oakland, CA 94609-1809  
 510-428 3357  
 Chief of Child psychiatry, research

Saad Shakir  
851 Fremont Ave., Suite 105  
Los Altos, CA 94024  
650-917-7510

and

14651 S. Bascom Ave., Suite 250  
Los Gatos, CA 95032  
408-358-8090

Psychiatrist

Edward Spencer  
51 Marina Dr., Suite 821 C  
Petaluma, CA 94954  
707-763-6854

Neurologist

Matthew Stubblefield  
3301 Alma St.  
Palo Alto, CA 94301  
650-856-0406

Psychiatrist, expert in the use and interpretation of  
SPECT

Lewis Van Osdel III  
350 Chadbourne Rd.  
Fairfield, CA 94585  
707-429-7181

Psychiatrist, expert in the use and interpretation of  
SPECT

Stanley Yantis  
45 Castro St.  
San Francisco, CA 94114  
415-241-5601

Psychiatrist, associate professor, U.C. San Francisco

James Merikangas  
One Bradley Rd., Suite 102  
Woodbridge, CT 06525  
203 389-7007

Neurologist, Psychiatrist, Annals of Clinical  
Psychiatry editorial board

Robert Kohn  
4309 Medical Center Dr. McHenry, IL 60050  
815-344 7951  
Psychiatrist and neurologist

Tom Jager

2430 S. 73<sup>rd</sup> St., Suite 201 Omaha, NE 68124

402-392-2205

Researcher, clinician, child psychiatrist, professor  
at Creighton University

Fred Kader

Creighton University

8111 Dodge St., Suite 330 Omaha, NE 68114

402-390-8150

Pediatric neurologist

Cory Clark

235 Renaissance Dr. Las Vegas, NV 89119

702-736-1919

Child, adolescent, and adult psychiatrist

Martin Stein

1911 N. Fort Meyer Dr., Suite 907

Arlington, VA 22219

703-827-2471

Private Practice, affiliated with George Washington  
University.

Gregory Hipskind

3001 Squallicum Parkway, Suite 12 Bellingham, WA

98225

360-733-4140

Family Physician with a specialty in ADD and related  
disorders

#### Psychotherapists (listed by state abbreviation)

Linda Webber, Ph.D., and Leon Webber, D.Mn.,  
L.M.F.T.

135 Christensen Dr., Suite 100 Anchorage, AK 99501

907-277-6888

Individual and family therapists with a specialty in  
couples and ADD and related disorders

Richard Baker, M.F.C.C.

655 University Ave., Suite 244

Sacramento, CA 95811

916-791-3579

Marriage, family, and child counselor

Cheryl Carmichael, Ph.D.

706 15<sup>th</sup> St. Modesto, CA 95354

209-577-1667

Psychologist



Earl Henslin, Ph.D.  
745 S. Brea Blvd., Suite 23  
Brea, CA 92821  
714-491-7831  
Clinical Psychologist

Sheila Krystal, Ph.D.  
1509 Euclid Ave Berkeley, CA 94208  
510-540-0856  
Psychologist

Karen Lansing, M.F.C.C.  
3060 Valencia Ave., Suite 6 Aptos, CA 95003  
408-460-2550  
Marriage, family, and child counselor

Jennifer Lendl, Ph.D.  
San Jose, CA  
408-244-6186  
Clinician and research psychologist

Linda Lose, M.F.C.C.  
4999 East Townsend Fresno, CA 93727  
209-255-6326  
Marriage, family, and child counselor

Jocelyn Stoller, M.A.  
1903 Brodevick, #4 San Francisco, CA 94115  
415-346-4188  
Educational consultant

Linda Kozita Pepper, Ph.D.  
2310 Crestmont Circle S.  
Salem, OR 97302  
503-585-6798  
Psychologist

والدہ کی جانب سے پیش کی گئی ہے۔ یہ سروسز کے لیے درخواست دہندگان کو مطلع کرنے کے لیے ہے۔

سروسز SPECT کے تحت پیش کی گئیں۔ اس کے لیے درخواست دہندگان کو مطلع کرنے کے لیے ہے۔

## ١٨

من هو أندرو حقاً؟

### أسئلة عن جوهر الإنشائية

تذكر في مقدمة قصة بن أحي أنرو الذي أصبح حديثاً يجب أنيس  
محي يحترق انخراطه بوجوده في قصة لعدلي الأيسر، وهناك تم استئصال هذا  
الشمس عاد إلى طبيعته بوزن الحانين بحية سيحت وسعم كما ذكرت في  
عصول شربة قصة

\* ميشير بعد سيده بقي هجعت على زوجها بسكين قبل  
بضعة أيام من محبتها، وعندنا عولجت بتقارب Depakote  
عادت لطبيعتها غير العذرية

\* وأصمبل قلب نسي الذي يطلع من العمر عشر سنوات، والذي  
كان سيباً ومعارف وكان قسلاً في سره ومتعزلاً عن  
أصدقائه، ولكن بعد سبوة ٩ مسجرام من Prozac يومياً  
أصبح حاججاً في المدرسة والمدرسة ومع أصدقائه

\* وأنت في ذلك رجل الذي ليس فيه أربع موز بلهجة  
لأعداء وهن خمس موز في برامج الإنسان بقي كنت  
محسنة بعلاجه من إدمان أميثايميدين ولكن بعد التشخيص  
وبعلاج الهمد تشكى بعض الصداقي التي كان يعاني منها  
أصبح بصورة : بسعد وعقله الشخصي يستمر في وظيفة  
مريحة

\* وأنتي "أني" أودعت ستشفى بعد محاولتها الانتحار، وم  
كنت بحية من اكتئاب وقلق، ولكن بعد تشخيص حالتها هي  
بها صدمات قصور لأمه وبعد علاج اعصاب هذا لاضطرب  
من شعورها بالاكتمال وراء مركزهم، وأصبح بعدوها أن تكون  
لأم وأروجة هي كنت تريد أن تكونها

• و"بني" ملك مصر للحامي أي تعرض لإصابات بسيطة في  
أجزاء في حاشية بالسرقة لغیرت بعدها شخصيته بشکر  
من أصبح عربياً ومكتشف وكذا يعمل يمينه في معرفة ومع  
العلاج مناسب السخري "بني" أن يكون طبيعته شخصاً مرحاً  
وسعيداً وهادئاً

• و"روب" الذي كان يعاني من مشاكل "سرية حمراء" والفكر  
وسوءات سحرية، وبعد علاج بمصود وسورس والاكثاف  
Anafrani أصبح شخصاً مرحاً وفعلًا يحب أفراد أسرته  
أن يكونوا معه

• و"جيد" ملك أسبذة التي غلبت مزيج، وكانت تعاني من  
بعد والاكثاف والقلق والإرهاق. ولكن بعد علاجها قبله  
"سيت حو" والعلاج النفسي عبر محبة طبيعته وسطعت  
أن يكون أكثر وعية في حياته

• وحين ذلك مذكور استعاد "بني" كمن يسيء معاملة زوجته بدينياً  
وعاصي في معظم فترات زواجهما، بالإضافة إلى إساءة معاملته  
نفسه عظمى. وعندما أصبح عمره ٧٢ عاماً وبعد ظهور أعراض  
دهاية عليه عصب أخرى عقلية "قلب مضروب" به اكتشف أنه كان  
قد تعرض لإصابة كبيرة في رأسه عندما كان في العشرين من عمره  
"بني" إلتفت أسبذة الصغرى بحبيبه، وربما كانت هذه  
الإصابة هي السبب في تغير سلوكه وتأثير على ثلاثة "جيد" من  
أسرته

• وهذه بعض الأمثلة من الشخصيات الواردة في هذا كتاب أو  
الشخصيات التي ريشه في عملي جعيني تدل على جوهر  
الإنسانية من بحر

• من شخصيه الحقيقه هي التي يتلخ من حبيبه مع سيم، أم  
مشار في الح

وعمد . شخصيت الحقيقة هي هي يكون عندما يكون مع سيد . وأما  
أقول . هذا بعد . ريت حسن أنه درس SPECT ، وما يرتبط بها من مرضي  
وقصص ، فعمد ، يكون مع سيد بعد شخص كثير شغل ومريض واعتد  
بالآخرين . كما يصبح كثير . وتكون حاسة لوجية أكثر استقرار . ويكون  
كثير سمع . وعمد يكون المع سيد . فإنه لا يسرر . حق هي لرغم من ر  
يد من مورو . يجمع مروت سريري . في صباح لذهب للمع . وعلى رقة من  
أن كلاً من يعثر بشكل سليم من أع الآخر . لأن هذه لاكثر السلبية لا يحكم  
في حصة لخاصية . ثم مع قد يدور بعده فكر عذاب . بل ليس كثيراً . كما  
أن هذه لاكثر لا . رجم ر . تعاد . وأجب عمداً يكون مع سيد . قد تعطي  
وجهة أو الروح . ولكن لا بعد . هذا بعد . عشرين أو ثلاثين عاماً . كما هنا  
قد شعر بوجه حسيه . ولك دون أن تسيطر عليه . وقد يرجعنا لذلك ولكننا  
ستمر في معاشته بشكل طبيعي . فعل في معظم الأوقات . وعمداً يكون مع  
سيد يصبح من أكثر قدرة على أن يكون اشخص ادي يريد . ومن بين  
الأسئلة التي أبحث على نهبي بعد مدح كل هذه القمص  
ما الحيات مدحه له . واسمعه سلوكياً . ربما لا يكون المدح مع  
كثير

\* هل احسن في حباته يعود لضعف التدريب . أم لا . أم  
بسم عيوب حباته و شخصيه ؟ ربما يكون مع صحيحاً ولكن  
عز . رجب مع في عذاب شخص في احباته وفراقة عدى  
من مدح مشرق . مقدم مع لحيوي . كسبه لإصابة مع أو  
الإصابة باضطراب قصور الانتباه . وهذا لا يعني بذلك أن  
العمد . مدحه ليس بها . دخل في سوء الاحترار . ربما قصد  
بها . وسوء الاحترار . مدح حذامه عدى . فن لخاصية لشراف  
مدحي من بعد لازم

\* هل شخصيت مدح من حذامه اعصيه . وبالتالي اعصيه  
والمردود . ؟ بعد ولا . شخصيه ارتفع بشكل وثيق بوظائف

الحج ووصف الحج برمته بشكل وثيق أقيم بأفكار الشخص وبيئته، عكس هذه العوامل لا يمكن الفصل بينهما

• كيف يبدو الحج "ديك توبس" هل عصر "بفانز هولز فيس" في بطريرك وروا القليل عام ١٩٩١ لأنه كان يريد أن يخرج نفسه ويبدو "ناجور" م أن هذا سبب خلل في الحج تر صرية على الراس أثرت بشدة كثير هي لصوص مخلوقة وبصديقه ويرى عنها "يف" حناض الرأية الداخلية استلوا عنها قشرة مقدمة ظهر الحبيبي" و رى أن صرية رأس هي اسبب في سوكه

• كيف يبدو الحج "صدم حسين" "أنول هتار"

• هن يجب عيف تصوير الحج بقدره أعنف أنه إن حدث هذا، فلسوف يردد فهم العملية السياسية، هو أنما صوب مع ترميز ررمان ويحذر لأصوب لصور اماعاً لتدقق ادم البص شير أو اصابه بالرهبة في بداية فترة رئاسته، وقد تضح منه سبيل خلال حورية لرأسية مدية هذه كس سمحت له أن يعرف بصدته بهي برغزو

• هو يتوجه على تصوير الحج ولأدى وبني لعرفه همدانهم

الرواية "عند هذا ولكن ولأدى لا يجبهه هذه فكرة

ولا مبهمة من هذه لاسكة مهم ن تعرف ن الحج يحس في كل شيء، بعله، وذلك ينبغي أن يكون من أوثر الأشبه التي تفكر يجب عندما يكون يوم سوت غير طبيعي فتراج لمعهه مدنيه بحدج و وضع الحج في الاعتبار وبع سحبه مريض وموتة بالمراسل بناء وسفير حجم علف في المجتمع وضح مد "سريده ططاي بالحدقات الاسرية عليه ن سكر ولاي ن الحج لا شك ن الحج لا يفسر وحده في فرع بعيد يمد ن سكر في الأسبب "جندديه وعسبولرجية سبلوب ونكر كن لسوحيات سائر أول ما تدثر بدو: البوحيي عاي به الحج و اقميه كبرى

## أولمر ونواهي الملح

موجز عن كيفية تخصيص أداء الملح وكسر علاقته العنيفة  
 ايند فاشة أولمر ونواهي الملح لتخصيص أداء الملح وكسر علاقته العنيفة  
 تدفق من تحقيق ما تريد وهذه الأولمر ونواهي فاشة على لأبحاث التي  
 قنت بها أن وهيري من علماء الأعصاب

## أولمر الملح

١. يد والتي رأس في مواءم التي لتخصص حضوره عاينه
٢. شرب ماء كثير عن ٦ و ٨ زحاجات سعة الواحد ٨ أواسات وذلك  
 بشكر يوهي) تتحافظ على نسبة غياه في الجسم
٣. مذوب طعمت بشكر صحي بحيث لتناول كم مناسب من بروتينات  
 وانكر يوهيدرات والذي يكفي حاجة الملح
٤. تد بصوص "بعضر عند ضرورة، ولكن يجب شرب الكثير
٥. فكر بشكر إيجابي وصحي
٦. حب كز بعض الك خفي وأطعمه ودرية لكي تخصص نفسك من الأفكار  
 لمسية التلقائية التي تشبه العمل
٧. حبص وقبأ كل يوم لتركز فيه على لأشياء التي تشعر بحوها بفسس
٨. شاهد فيلم "Pollyanna" من إنتاج أفلام نيوزي
٩. صر وفكك مع شخص يجرب بفعلي من روحك العنيفة  
 فكر وقتك مع أشخاص يحب أن يكون مثله (بذلك يمكنك في حال أن  
 تكون مثله)
١٠. عن مهادر في علاقاتك جديد لتصبح أكثر ارتباطاً بالآخرين وعبر  
 أرواح لطيفة
١١. تحدث مع الآخرين بشكل يسم بالحب و رعية في المساعدة
١٢. أحض نفسك بروح راحة

- ١٤ كون مكنية من خبرات وذكريات رائعة
- ١٥ غير من أسلوب حياة شخص آخر
- ١٦ ليس محريبات ليدنيه
- ١٧ ب حصول اسمه بشكوى منتظم يثبت ويثبت من سحب
- ١٨ نعم عنصر الياسي
- ١٩ تقدم اليوم العدمية لاداسي، وممارسة شكى يومي
- ٢٠ تذكر لقاعدته (١٩٠٠ ١٠ ١٠)
- ٢١ يعمل مع حصة يتكلم حول
- ٢٢ صغ هذا ما وصحه بحدوثك، فيما يتعمق بعلاقاته وسعير والمال والغير، وأكد عليها يومي
- ٢٣ وكثر على ب تحب وليس على ب لا تحب
- ٢٤ هم بمجموع طيور عصفور وعلى أشهر وسلمي بي
- ٢٥ جعل حياتك معنى بهذا وبث فيها (ثالث)
- ٢٦ ليس مع الآخرين بسعير وكن بشوش لوجه حين تتقدم
- ٢٧ جرب التعدي لا سترجعه احديده لوجاب مع أو الاثارة سمعية بضرية لشخص أو الم
- ٢٨ انية عنده، قدوم بلسن هو افوضت في تركيزك على شيء معين، شعر بعصب بشيء آخر، ثم عدول لتفكير في المشكلة لاحقاً
- ٢٩ فكر في الإجابات جيداً قبل أن تتعجل في إبتدع نعم أو لا
- ٣٠ سدد تعرض لمشكلة، ثبت بخبرات وبحوار المكنية
- ٣١ عنصر مشورة الآخرين عند تعرض لمشكلة (مجرد حديث من هذا سيفتح ب أدلة جديدة)
- ٣٢ عند نبح عليك افكر بعينه وتشعر بمرحاض قل "يا بهي اسحقني من اسكنية ب يحميني أقبل ما لا يمكنني تعبيره ومن شجاعة ب يحميني غير لا أستطيع تعبيره ومن الحكمة ب يجعلني اقول بين الأمرين)
- ٣٣ عندما نقس في قلب شخص يركز على أفكار سليمة تركه ثم عد به لاحقاً

٣٤. سخذ طيات مدهمة عند انقاس مع لاشحاس اسير بعدور من  
مشاكس في اجتهاد الطوقى
٣٥. جمر لاشحاس اسير بملون بشكل طبيعي و لاغترخت ببسغون م من  
برة الأوز (باللوب أمر ينسج يعطف والحزى)
٣٦. تعلم شيئاً جديداً كل يوم
٣٧. عزز مهارت بذكرتك
٣٨. غرّ و بدس منى استغنعت ذلك
٣٩. جعم بوسيقى بضمينه جره من حيتك
٤٠. جعم بوزنج بضمينه جره من حيتك
٤١. لاس الأخرين كثير (بشكس مناسب)
٤٢. مدرس الحب مع زوجتك
٤٣. تحرك بشكس يقامى
٤٤. متعن بفعانج نفسى ماهر عند الضرورة
٤٥. متعن بدمج منحصر فى إثارة احساسه وحماسه مداحة حركة بعين  
بوجدك من بشاكس
٤٦. تدس مع احداث برأس بجدية حتى لو كانت بسيطة
٤٧. تناول أروية إرا فتنسى الأمر، ولكن بحث بشراف طيب
٤٨. تناو، لاغش بطنه إرا فتنسى الأمر، ولكن حب بشراف طيب
٤٩. ابحت عن مشاكس مع لدى متدين
٥٠. قم بجره بنية شمس معك فى ظهر غلبه سوكوت شاة

### بواهي الفصح

١. لا تعزل فعلا في مرحلة النمو
٢. لا تولى الحبور أو اسبح، و محارب ار قسري في تناول انشائين  
و س حامل
٣. لا تجعل لسوكوت مشاة
٤. لا تكلو من الاسفند في ارجاء القرب - و ان يقوم دي بديت بديت



- ٥ لا تتجمل لأصحابك  
٦ لا تدخن  
٧ لا تنسرف في سائل الكهين  
٨ لا يتناول سكحول  
٩ لا تخدم بحرب ، مو ، بصرى و لمستشف و اعصب و شوكيين و  
ميتة ميتين ، لا ، و صفة لك بحروب علاجية لعلاج اضطراب الصور  
لانتقاء  
١٠ لا يتناول اطعمة قبل أن يفكر في مدى نفعها لك  
١١ لا تقود السيارة دون أن تربط حرم الأمان  
١٢ لا تقود بحرية أو هدبة أو تستخدم عجلات خرطوم في غير  
الطريق  
١٣ لا تصرب كره قدم برص  
١٤ لا تصرب رطل عندما تكون بحبب حمى من أصحاب الذين يعقون قسا  
١٥ لا تقهر باستخدام لحبر اسطفي  
١٦ لا تقص و هذا طويلا مع الأشخاص السمينين ، أو العدوميين ، أو الذين  
يتأخرون في منحنى خطورة  
١٧ لا تقف مسطرة على بعض  
١٨ لا تسكر بألوان تقسيم لأنك قد يور خمسة وسبعة دون أن يكون هناك حل  
وسط  
١٩ لا تعصر باستخدام كدمات بل دما ، أبدا ، كل مرة ، كل شخص  
٢٠ لا تركز على الأشياء السلبية في حياتك  
٢١ لا تتوقع الأسوأ  
٢٢ لا تفكر فقط بمشرك  
٢٣ لا تحاول هزاه بما يدور بذهن الآخرين  
٢٤ لا تزل بلانعة مشاكلك هي الآخرين  
٢٥ لا نصف نفسك أو غيرك بوصف سلبية  
٢٦ لا تشر بانسب أو تشر غيرك به (هذه أمور غير جيدة)

- ٢٧ لا تسهر بالأمور بمشغور شخصي في حين أنها لا تمنعك كثير
- ٢٨ لا تعزّ أفكارك السلبية الذاتية
- ٢٩ لا تستخدم الجسم كسلّاح مع زوجتك (زوجك)
- ٣٠ لا تحدث مع الآخرين بشكل يتم عن كثرة
- ٣١ لا تدفع الآخرين بعيداً عنك
- ٣٢ لا تقرب من روائح السبّة
- ٣٣ لا تقرب من أشخاص السليبين
- ٣٤ لا تفكر كثير في رجاءه طر الآخرين حيث (طالبت به لا يعكزون عليك
- صفة
- ٣٥ لا تترك حياتك تسير دون تخطيط وتوجيه منك
- ٣٦ لا تبحث عن استئيبه الذي تحتاجه للرج لدى الآخرين.
- ٣٧ لا تفكر "منها" بالآخرين
- ٣٨ لا تسمح للأفكار أن تلج على نفسك مراراً وتكراراً
- ٣٩ لا سمح بقلوب (لا) بالآخرين، فكر أولاً، هل ما يريدونه يتناسب مع هدف أم لا؟
- ٤٠ لا تتعجل بتول نعم للآخرين، فكر أولاً هل ما يريدونه يتناسب مع هدف أم لا؟
- ٤١ لا تداش شخصاً في أمر يصر عنه.
- ٤٢ لا تعزل نفسك عندما تشعر بقلق أو حياء أو قلق
- ٤٣ لا تزع الاطمان بغير مبرر بشكك فيهم في أي أمر من يمدون في ذلك
- ٤٤ لا سمح لوسيلتي سليبة
- ٤٥ لا تطلب مدد من بائسهم يعانون من قصور أخلاقي
- ٤٦ لا ترفض تناول الأمانة إذا دعت الضرورة لذلك
- ٤٧ لا تعالج نفسك، عندما يعرض لشكك، تطلب المعون من طبيب
- ٤٨ لا تفكر أنك تعاني من مشاكل
- ٤٩ لا ترفض الاستماع للأشخاص الذين يحيلونك، ويحاولون مساعدتك بدمدم

هـ لا تكتب حبا أو تمنع نفسك من بالاسه ومرافقة من تحب كطريقه للتعبير  
عن عذيقه

## ملحق

## ملاحظات عن الأكلوية

## ١. الأكلوية المعقدة

- \* ويرى أن هذه الأكلوية تأتي في المقام الأول في علاج اضطراب صورة الانسداد وخاصة بصحبة ناعسانا المعرف. وذلك عندما يكون هذا الاضطراب هو مشكلة أساسية. يستخدم هذه الأكلوية في علاج البصر وهو عبارة عن حالة مرضية تتميز بتغيرات مرضية في البصر وهيئة. وساهمت هذه الأكلوية أيضا في علاج بعض المضاعفات من بعد الاستئصال. وتستخدم في علاج الاكتئاب الموسمي. وما نعرفه من هذه الأكلوية الآن هو أنها تريد من كمية (١٠٠-٢٠٠) مللي من الماء للشهية وتزيد من نشاط البصر. وهذه لتصل إلى الجيني والخصوصية الشخصية.
- \* وهذه الأكلوية -خلافاً للاعتقاد الشائع- آمنة إذا تم تناولها بحسب إشراف الطبيب.
- \* يحدد عرجان الطبي بعد الأكلوية لجرعات بـ ٦٠ مجم من Ritalin و ١٠ مجم من Adderall و Dexamethasone و Dexoxyn ويرى العديد من الأطباء أن واحد منهم أن يكون فعاله قد يكون أفضل من ذلك بكثير مع بعض المرضى.
- \* من المهم عند علاج Cerebral جزءا من الخصائص غير الكبدية. في هذا السبب نسبة ٦٠-٨٠ من الذين يشعرون قد يعانون بالانسداد الكبدية.
- \* لا بد من تناول الأدوية مع بعض المرضى الذين يعانون من اضطرابات في الجهاز الهضمي. ويجب أن تكون هناك مراقبة دقيقة.
- \* غالباً ما يتم تناول الأدوية من الكبدية. هذه تناولت لتسببات. لكن هذه الأكلوية أصابة بالكبدية قد تؤدي إلى تبييض الجهاز العصبي بشكل مفرط.

ملاحظات	عدد درجات بديهي	تجزئة موجبة بديهي م التركيبات الذخيرة	الاسم التجاري	الاسم العام
ول خبير ي ي لا يوي شبه ي علاج لر هيد و بديهي	٢ ١	٥ ٨ ٥ ٢٠ ١٠ ٣	Adderal الفر هوي الدي	مجموعة علاج 2 متبديهي
احذر من الانتكاسة عند توقف العمولة	٢ ٢	٥ ١٢ ٥ ٥ ٥ ٢٠	Ritalin	methylphenidate
تدريكي مستحب ماتير	٢ ١	١ ٢٠ ١ ٢	Ritalin SR فراز طويل مدي	Methylphenidate فراز طويل امدى
احذر من الانتكاسة عند توقف العمولة	٤ ٢	٥ ١٢ ٥ ١ ١ قطر Dextrostat	Dexedrine Dextrostat	Dextroamphetamine
	٢ ١	٥ ٨ ٥ ١٥ ٦	Dexedrine spansules فراز حوي مدي	Dextroamphetamine الفر هوي ( كيسوي)



واستوى للأفراد لصحوب ولاكتئاب أو القلق ربما يستجيب للعلاج  
 بـ nupramine ويمكن متخصص دهر في منه حقن غير نسبة أو يساعد على  
 اختيار بين هذه الأدوية

الاسم العام	الاسم التجاري	لجودة ليومية بالمجراف امركيت المشحة	عدد مرات يومية	ملاحظات
Desipramine TCA	Nopramine	١٠ ١٠ ١٥ ١٠ ١٥ ٥٠ ١٥٠ ١٠	١ ٢	دواء جديد يساعد في علاج على علاج قصور الاستجابة لدى الناجين لا يستخدم حديث مع الأطفال
Imipramine TCA	Toframil	١٠ ١٠ ١٥ ١٠ ١٥ ٥ ١٥٠ ١٥٠	١ ٢	يستخدم أيضا في علاج لقلق و اضطراب هلع وسبول للإفراد
Bupropion	Wellbutrin	١٥ ٥ ١٠ ١٥	١ ٣	لا تزيد الجرعة عن ١٥ مجم لا يستخدم عند احتداد التعرض بصرخ
Bupropion	Wellbutrin XL	١٥ ١٥ ٥ ١	١ ٣ ١	لا تزيد جرعة عن ١٥ مجم ولا

يستخدم في حالات الإصابة بالصرع		١٥٠		
يستخدم في علاج مشاكل النوم والصداع وآلام العضلات والتعبية ومتلازمات الألم	٢-١	١٠٠ ٢٥ ١٥ ١٥	١٠ ١٠ ٥٠ ١٠	Elavil Amitriptyline TCA
عائلاً ما يستخدم في علاج مشاكل النوم والصداع وآلام العضلات والتعبية ومتلازمات الألم	٢-١	١٥٠ ٢٥ ١٥	١٠ ١٠ ٥	Pamelor Nortriptyline TCA
يستخدم عائلاً في علاج مشاكل النوم	٢-١	١٠٠ ٢٥ ١٥ ١٥٠	١٠ ١٠ ٥ ١٠٠	Cinequan Doxipin TCA
يستخدم أيضاً في علاج اضطراب الوسواس القهري	٢-١	١٠٠ لأصعب ٣٠ ١٣٥ ١٥٥		anfranil Clomipramine

\* يجب عدم زيادة الجرعة في حالة صيرته أكثر من غيرها من الأدوية

منبهة، وخاصة التي تتعلق بشربها على وضوء القلب



- هناك العديد من مريضين بقصور الأكتئاب يستجيبون لجرعات قليلة جداً من هذه الأدوية ولكن كمية هذا في جرعات المستحضرات بتركيز حاد جداً أكثر عن كثير من المرضى الجانبيات لجرعات الكبيرة من مضادات الاكتئاب
- خلافاً للأدوية النفسية، فإن ظهور تأثير هذه الأدوية قد يستغرق عدة أسابيع وقد يصل ثلثاً إلى شهر
- عندما ظهر Meprobital للمرة الأولى في الولايات المتحدة الأمريكية كان البعض يصاب بنوبات صرع أثناء تناوله. ولقد تم سحبها من الأسواق في وائلشاشينيات واكتشف بعض أن عيب في هذا يرجع إلى نظام الجرعة، ولذلك تمت إعادة الأسواق مرة أخرى مع بيع نظام جديد فيما يتعلق بالجرعة فلا يتناول أكثر من ١٥٠ حبة في المرة
- لا تستخدم هذه الأدوية في عادة كعلاج أساسي للاضطراب قصور الأكتئاب وقد استخدمت في علاج الاكتئاب وصحوبات من والسيول الألامى والاضطراب العرعية واضطراب قصور الأكتئاب. ولقد غلب ما يمكن بمصاحبة أحد الأدوية النفسية.

### ٣. الانوية المصاعدة للاستحواد (الهيواجنس)

وهذه الأدوية تعمل على زيادة (السيروتونين) في الدم وتساعد في علاج من تهمة ضد الجوارح. ويتم توزيعها على أنها مضادات للاكتئاب وبعض هذه الأدوية هي تهمة النشاط الرشد لجهاز انطوي، وبمستشفى Effexor لا تعتبر هذه الأدوية أساسية في علاج اضطراب الأكل. واضطراب الوسواس القهري واضطراب الهوى لا تعتبر من اضطراب ما بعد ذروة وعلى الرغم من ذلك فإنها مصاحبة لسير الأمور على عكس ما يبدو للشخص، في غير ذلك من هذا الجهاز الحيوي المذكور في هذا الكتاب

الاسم العام	الاسم التجاري	نجرسة بروتية	عدد مرات يوميا	ملاحظات
Fluoxetine SSR	Prozac	١ - ٢ - ٣	١	تؤخذ مع وجبة ، لا يستخدم في حبات وجوه ، غير من المنصوص استشفية
Cloimipramine TCAB SSR	Anafranil	١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥	٢ - ٣	به ثمر جسيمة شديدة ، وذلك لا يستخدم كحيدار "وب"
Sertraline SSR	Zoloft	١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥ - ٦ - ٧ - ٨ - ٩ - ١٠ - ١١ - ١٢	١	غير يركل دواء لاستيف
Paroxetine	Paxil	١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥ - ٦ - ٧ - ٨ - ٩ - ١٠ - ١١ - ١٢	١	
Fluvoxamine SSRI	Luvox	١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥ - ٦ - ٧ - ٨ - ٩ - ١٠ - ١١ - ١٢	١	
Venlafaxine SSRI	Effexor	١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥ - ٦ - ٧ - ٨ - ٩ - ١٠ - ١١ - ١٢	٢ - ٣	لا يصعب بين هذه الأدوية في علاج اضطراب نقص الانتباه

Remeron	Mirtazapine	١	١٥ / ١٥	١	التهرب
			٣		مستحضرات مصدرة
					معدسة
Serzone	nefazodone	٢	٦	١	يقود في علاج
			١	٢٠	الكتابة
			٣٠٠	١٥٠	و طبق
			٢٥٠		

\* على سبيل حيلة لأعلامه أسويه تحده prozac فهو ذو  
 آمن جدا، إلا أنه أصبح لنا من خلال خبرتنا أن الأشخاص  
 الذين يعانون من مشاكل في المصوص بصدية قد يشعرون  
 بقصب حاد وعذوبه شديدة إثر مدوهم prozac والأدوية  
 الأخرى البدية (سبروتويد) وحدثت أزمة بحرمه على الباك  
 من عدم وجود هذه مشاكل قبل تداول شخص لهذه الأدوية.  
 فـ لا يجب شرا جانبية لأي دواء، فمن المهم أن تتأش هذا  
 مع طبيبك.

\* هذه الأدوية تختلف عن الأدوية البدية في أن معولها لا يصهر  
 أثر، لا بعد عدة أسابيع من معولها لأجل لا لا يصهر، لا  
 بعد ثلاثة أو أربعة أشهر، وقد يتأخر معولها، ويظهر بعد عدة  
 أشهر.

\* أكثر الآثار الجانبية شيوعاً لهذه الأدوية هي احمر أوخيني  
 لجسي، ويمكن أحياناً معالجة هذا باستخدام قصور (الجملة  
 bupropion)

### ٤. مصادات الارتجاع أو الصرع

ويستخدم في علاج مشاكل المصوص بصدية كالحرق والعدسة وعدم  
 شرب حادلي والصداع والكتبة أمراض والاضطراب الشافي بالكتبة  
 وميت من تلك هذه الأدوية هذه البدية في الأمراض النفسية مستعصية لمي لا  
 سنجيب لأي علاج آخر

الاسم العام	الاسم تجاري	الجرعة اليومية بالملغرم / الشوكرات المسحوقة	عدد لترات يوزن	ملاحظات
carbamazepine	tegrol	١٠ - ٦٠٠ ١٠٠ - ٦٠٠	١	من أهم مراقبة تعداد خلايا الدم البيضاء ومستوى الدم
Valproic acid	Depakene	٢٥ - ٣٠ ٢٢٥	٢٠	معدة وحامض الكبد ومستويات دم
divalproex	depakote	١٢٥ - ٦٠٠ / ٣٠٠ ٦٥٠ - ٥٠٠	٢٠	متابعة وظائف الكبد ومستويات دم
gabapentin	Lamictal	٢٥ - ٦٥ ١ - ١٥٠	٢٠	بدأ بجرعة منخفضة وراقب ظهور أي مفع جلدي
Lamotrigine	Lamictal	٢٥ - ٦٥ ١ - ١٥	٢٠	ابدأ بجرعة منخفضة وراقب ظهور أي مفع جلدي
phenytoin	dilantin	٣٠ - ٣٠٠ ١٠٠	٢٠	راقب مستويات الدم

• يستخدم (Carbamidine) و (guanfacine) أحياناً في علاج

اضطرابات تقلصات مثل متلازمة توريت

- عندما أستخدم (Clonidine) إضافة لدواء منبه، أمر بإجراء فحص للقلب من خلال جهاز رسم القلب الكوري، فهناك من يقول إن هذا المزج يؤدي إلى مشاكل، وإن كنت لاحظت أنه آمن وفعال.
- تستخدم هذه الأدوية أيضاً في علاج الأرق الذي غالباً ما يصاحب اضطراب قصور الانتباه.

## ٦. مجموعات الأدوية

ربما يعاني المرء من أكثر من مرض أو يكون هناك أكثر من جهاز في المزج متسبب في المرض، وأحياناً ما يكون الدواء الواحد قادراً على علاج مجموعة من الأمراض كما ذكرنا من قبل، وأحياناً ما يتطلب الأمر استخدام عدة أدوية للحصول على الفائدة العلاجية. وإليك أربع مجموعات من الأدوية المستخدمة في العلاج.

### ١. دواء منبه مع دواء مضاد للاكتئاب والاستحواذ مثل:

Adderall مع Effexor لعلاج المرضى الذين يعانون من قصور الانتباه، أو الاكتئاب، أو الاستحواذ، أو السلوك الاعتراسي الحاد، وقد وجدت من خلال خبرتي الإكلينيكية أن الأطفال الذين لهم والدان أو أجداد مدمنون للكحول سيستخدمون من هذا المزج من الأدوية، ومثل هؤلاء الأطفال غالباً ما يعانون من مشاكل في الجهاز الهضمي (أعراض الانتباه المفرط) ومشاكل قشرة مقدمة القصد الجبهي (أعراض الانتباه).

### ٢. مضاد للارتجاج مع مضاد للاكتئاب والاستحواذ مثل:

Depakote مع Zoloft لعلاج المشاكل المزاجية، والقلق، أو الاكتئاب المفرط.

### ٣. دواء لضغط الدم مع دواء منبه مع مضاد للاكتئاب

والاستحواذ مثل: Catapres مع Adderall مع Effexor وذلك لعلاج المرضى الذين يعانون من

متلازمة توريت واضطراب قصور الانتباه واضطراب الوسواس القهري.

٤. أحد مضادات الاكتئاب الثلاثية بالإضافة لدواء لضبط الدم مثل: Tofranil مع Inderal لعلاج الرعشي الذين يعانون من الاكتئاب، والقلق، ورعشة اليدين في المواقف الاجتماعية.

### شبكة من عيادة Amen

عيادة Amen للطب السلوكي هي عيادة طبية خاصة تقع في "فيرفيلد" بكاليفورنيا على بعد ٤٠ ميلاً شمال شرق (سان فرانسيسكو). وقد اكتسبت هذه العيادة شهرة واسعة كعيادة رائدة في مجال تصوير المخ باستخدام تكنولوجيا SPECT من حيث الاتصال بين المخ والسلوك، كما أن العيادة شهرة واسعة في تشخيص وعلاج اضطراب قصور الانتباه والعمومية وإصابات الرأس والقلق والاكتئاب واضطراب الوسواس القهري.

وعنوان العيادة هو

350 chadbourne Road, Fairfield,  
CA 94585, 707-429-7181,  
Fax 707-429-8210

ويمكنك أن تزورنا على موقعنا على الإنترنت:

[www.amenclinic.com](http://www.amenclinic.com)

### شبكة من المؤلفين

الدكتور (دانييل ج. آمين) هو عالم أعصاب إكلينيكي، وطبيب نفسي، والمدير الطبي لعيادة آمين للطب السلوكي في (فيرفيلد بكاليفورنيا). والدكتور (آمين) معروف في البلاد كخبير في مجال المخ والسلوك، فهو من القلائد من بين الأطباء النفسيين في العالم الذين لهم خبرة في مجال التصوير النووي للمخ، كما أنه من رواد استخدام تصوير المخ في الطب النفسي.

وقد تلقى الدكتور (آمين) تعليمه الطبي في مركز Walter Reed Army الطبي في (واشنطن العاصمة)، وقد فاز بالعديد من الجوائز في مجال الكتابة والبحث، وقد قام بكتابة العديد من الكتب، والمقالات الطبية المتخصصة.

وأعداد العديد من البرامج الصوتية، وبرامج الفيديو، وقد شارك الدكتور (أمين) منذ فترة قريبة في كتابة الفصل الخاص بالتصوير الوظيفي للمخ في المجلد المرفقة Comprehensive Textbook of Psychiatry. ويقوم الدكتور (أمين) بإلقاء المحاضرات في جميع أنحاء العالم عن بحثه الجديد في مجال المخ والسلوك، حيث يقوم بتبسيط الكثير من المعلومات الصعبة ويسهل فهمها ويجعلها قابلة للتطبيق في الحياة اليومية.

# CHANGE YOUR BRAIN CHANGE YOUR life

The Revolutionary Program for  
Overcoming Anxiety, Depression,  
Obsessive Thoughts,  
and Self-Doubt

David D. Amico, M.D.

GET  
YOUR  
MIND  
WORKING

هذا الكتاب يمثل ثورة.. وفيه يوضح دكتور (أمين) كيف يمكن أن يتحول العقل ليكون ألد أصدقائك.. وكيف يمكن من خلال العلاج المناسب أن يصير أعز أصدقائك.. ويقول (مارتين ستين).. م. د. أستاذ مساعد في الطب النفسي، جامعة جورج واشنطن، هذا الكتاب يفتح أفقاً جديدة من التشخيص والعلاج يمكن أن تغير من شكل حياتك.

روبرت د. هالت

أستاذ مساعد في الطب النفسي كلية طب فاندربيلت

## علاجات فعالة للعقل

ستتعرف من خلال هذا الكتاب الذي يمثل فتحاً، والذي حقق أفضل مبيعات، إلى الشواهد العلمية التي تؤكد ارتباط القلق والاكتئاب والغضب والهواجس والاندفاع بغيضة أداء العقل لوظائفه، وليس المخ الذي وُصِفَ به قديماً ملازماً للشه واليك فقط بعض من علاجات العقل المدهشة والفعالة التي وضعها الطبيب النفسي العصبي دكتور (أمين) والتي من شأنها أن تشفي عقلك وتغير أسلوب حياتك.

♦ **للتغلب على القلق والهلع.**

استخدم وسائل لنفس بسيطة لتهدئ الثورة الداخلية في الحال.

♦ **لإحاربة الاكتئاب.**

تعلم كيف لتخلص من الأفكار السلبية التلقائية.

♦ **لكبح جماح الغضب.**

اتبع النظام الغذائي الذي وضعه (أمين) للتغلب على الغضب وتعرف على المواد الغذائية التي تهدئ الغضب.

♦ **للتحكم في الانفعال وتعلم التركيز.**

1  
03,000  
ع